







༄༅། རྗེ་བཙུན་མར་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་

གྲུབ་པའི་ངོ་མཚར་བརྗོད་པ་བཞུགས་སོ།།



དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་རང་རྣམ་དང་། གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོ། དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བ།





# རྩི་བཅུན་མར་བའི་རྣམ་ཐར་གྲུབ་བའི་རོ་མཚར་བརྗོད་པ།

དབའ་བོ་གཙུག་ལག་ཁྱེད་བའི་རང་རྣམ་འབྲུལ་བའི་བཞིན་རས་འཆར་བའི་མེ་ལོང་།

དབའ་བོ་གཙུག་ལག་ཁྱེད་བའི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག



མཛད་པ་པོ། དབའ་བོ་གཙུག་ལག་ཁྱེད་པ།

ལྷ་ཁ་བཙུན་པོ་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

# རྩེ་བཙུན་མར་བའི་རྣམ་ཐར་གྲུབ་པའི་ངོ་མཆར་བརྗོད་པ།

དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་ཁྱེད་པའི་རང་རྣམ་ལུ་ལ་པའི་བཞིན་རས་འཆར་པའི་མེ་ལོང་།

དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་ཁྱེད་པའི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོ། དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་ཁྱེད་པ།

ཞུ་སྤྱི་ག་ལགན་ལུར་བ། དག་སྤྱོད་ཆེ་ངེད་།

དཔེ་སྤྱི་ག་ལགན་ལུར་བ། དག་སྤྱོད་ཆེ་ངེད་དང་། འཇམ་དབྱངས་པགྱིས།

མདུན་ཤོག་མཛེས་རིས་པ། འཇམ་དབྱངས་པགྱིས།

༡༠༡༠ ལོའི་རྒྱ་ཡེ་པ་ལ་བར་གཞི་དང་པོ་བསྤྱི་གས།

༡༠༡༠ ལོའི་རྒྱ་ཡེ་པར་ལྷི་ལིར་བར་ཐངས་དང་པོ་རྒྱུ་བ།

བར་ཐངས་དང་པོ། ༡༠༠༠ བར་བདེ་བ།

ལྷ་ཁ་བརྗོད་བྱེད་པའི་མཛོད་ཁང་།

Vajra Vidya Institute Library

Khajjuhee P.O. Sarnath, Varanasi, U.P., India 221007

Phone: 00-91-542-2595744, 2595747, 2595748

Mob: 09651492319

Fax: 00-91-542-2595746

Email: vvlibrary48@yahoo.in



THE DALAI LAMA

ལྷོ་ཀུན་བྱེད་པ་མཆོད་མེད་བྱུང་ཉིད།  
 གང་དེས་ལེགས་གདམས་མེ་མོད་ལྷུང་ཉིད་དོན།  
 འབྲེལ་པའི་འཕགས་པོད་ལེགས་པ་པད་ནོར་བུའི་མཛོད།  
 བསིལ་ལྡན་མོངས་དེར་དུས་རིང་བསྐྱེལ་བ་ལས།  
 དེང་འདིར་སྐལ་ལྡན་འགྲོ་བའི་རེ་སྤོང་ཟུད།  
 འཛད་མེད་དུ་མར་བཀྱི་བའི་པར་འཕྲུལ་གྱིས།  
 ཡོངས་སྤུ་མེལ་འདིས་ཅི་མེད་ལུངས་རྟོགས་བཞུག།  
 ས་ཆེན་ཁྱོན་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་།  
 བཞུན་འཛིན་ཐུགས་མཐུན་ཞབས་བཞུན་ཐུགས་བཞེད་འགྲུབ།  
 བཞུན་པའི་ནང་དོན་བསྐབ་གསུམ་ཉམས་བཞེས་འཕེལ།  
 བཞུན་ལ་དད་ཀྱན་ཆོས་མཐུན་བདེ་དགས་འཛོ།  
 བཞུན་གཞི་མེ་འདི་མི་ཉམས་ལུན་དར་མྱོན།  
 ཞེས་ཁྱ་འགྱུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དགོན་གྱི་ཐུ་བྱ་ཉམས་གྱི་ཐུགས་  
 བཞེད་བཞིན་བཞུ་བྱེད་ཞེས་པའི་གསུང་རབ་དཔེ་རྒྱན་ཁང་ནས་རིས་མེད་ཆོས་ལུགས་  
 མྱི་དང་། བེ་བྲག་པག་འབྱུང་གྱི་ཡིག་ཆ་དགོན་རིགས་པར་རྒྱན་ཞུས་དང་ལུ་འཆར་  
 གྱི་འགོ་བཙོད་གིས་མོན་ཆོགས་བཅད་མཆོག་གསུམ་གྲངས་ལྡན་འདི་བཞིན་བྱུང་ཉིད་ཀྱི་  
 མོང་བཞུན་འཛིན་ལྷ་མཆོས་བྱིས་པ་དགེ།





THE KARMAPA

༡༡། །ད་ལམ་བདག་ཅག་ནམས་ཀྱི་ཡོངས་འཛིན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཁན་  
ཆེན་ཁྱ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་མཛད་བཟང་གི་ལེགས་སྤྱད་ལས་ཉེ་བར་འོང་  
བའི་ །བརྒྱ་བྱེད་གསུང་རབ་དཔེ་བསྐྱེད་ཁང་། ཞེས་གསལ་དུ་དབུ་བརྟེན་པ་ འདི་ཉིད་  
བརྒྱད་གངས་ཅན་གྱི་ཡོངས་འདིར་གནང་བའི་དུས་ནས་མ་ཉམས་པའི་མྱེད་བྱུང་གཙུག་  
ལག་གི་སྒོལ་བཟང་རྒྱད་མེད་རྒྱན་འཛིན་དང་། རྒྱུད་པར་དབལ་འགོ་མགོན་བཀའ་བརྒྱད་  
པའི་མཁས་གྲུབ་གོང་མ་དག་གི་གསུང་རབ་རྒྱ་ཆེན་ཟབ་མོའི་དབལ་ཡོན་གྱིས་སྤྲུག་པ་  
ཀྱན་ཀྱང་སྤར་རྩིས་ཤུལ་འཛིན་དང་། ཕྱི་རྩིས་དར་སྤེལ་གྱི་སྒོ་ནས་ཕན་བདེའི་འབྱུང་  
གནས་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་དེས་དོན་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་འཆད་ཉན་སྒོམ་  
གསུམ་གྱི་གནས་གང་ཅིར་ཞབས་འདེགས་སུ་འགོ་བའི་ཡིད་སྒོན་ནམ་དག་བཅས་

ཀམ་འི་མཆན་འཛིན་བརྒྱ་བདུན་པས།

*Handwritten signature*



ནང་ལོ་ ༡༩༧༧ རབ་བྱུང་བརྒྱ་བདུན་པའི་རྒྱ་རྩིས་ལྷན་ ༡༡ ཆེས་ ༡༩ དང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ཕྱི་ཟླ་ ༡༩ ཆེས་ ༡༩ ལ།



VENERABLE THRANGU RINPOCHE

# ཐོན་བརྗོད།

༡། གྲིད་པའི་འཛིགས་པ་ལས་སྐྱོབས་ཤིང་།  
 རྣམ་གྲོལ་བའོད་པའི་ལམ་གཅིག་ལ།  
 ལུང་རྟོགས་གཉིས་བསྐྱེད་ཞི་བའི་ལ་ཚོས།  
 ལྷན་པའི་ཕྱག་གི་ལུལ་རྟུ་བཞེན།

དེ་ཡང་གངས་ཅན་པོད་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དང་བ་ནས་བཅུ་མ་ད་ལྟའི་  
 བར་དུ། མཁས་བཙུན་བཟང་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལུང་པར་ཅན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་ཐོན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་ཉམས་སྦྱོང་གི་སྤྱོད་ནས་བྱུང་བའི་མན་ངག་སྤྱོད་ཚོགས་པ་ཞིག་མ་འོངས་  
 པའི་མི་རབས་རིམ་བྱུང་རྣམས་ལ་ཐུགས་པ་ཆེ་བ་ཆེན་པོས་ཉེ་བར་དགོངས་ཏེ་བསྐྱེད་པ་ཅོས་དང་  
 ཞལ་གདམས། ཟིན་ཤིས་དང་། ཚོགས་པ་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྣམ་ཐར་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་  
 ཞིག་ཅོམ་འབྱོར་གནང་སྟེ་བཞུགས་པ་དེ་དག་བར་ལམ་རྟུ་ཀྱི་འགྲུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མང་པོ་ཞིག་  
 རྒྱུ་ཆོས་སྤྱོད་པ་ནི་པོད་སྤྱོད་ཅན་མ་ཡིན་པར་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱོད་འགྲོ་ཡོངས་ལ་གྱུར་གྱུར་ཆེན་  
 པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཤིན་རྟུ་པངས་པའི་གནས་སྤྱོད་འགྲུང་པར་མ་ཟད། ད་ལྟ་འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་

ཀྱི་སྐལ་པར་བཞུགས་པ་དག་ལས་ཀྱང་། ཁ་གསལ་དཔེ་རྒྱན་དཀོན་པས་མི་མངོན་པའི་དབྱིངས་  
སུལ་བས་ལ་ཉེ་བརྒྱུད་མི་ཉམས་པར་དཔེ་རྒྱན་སྤེལ་བའི་ཆེད་དང་། ཡང་ཕྱག་དཔེ་མེན་ཏུ་མཁོ་  
གལ་ཆེ་བ་ལག་ ཁོས་བསམ་དང་ཉམས་ལེན་གནང་མཁན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྱ་བ་རྟེན་དེ་ཙམ་  
མེད་པར་སྦྱོས་མེད་ཏུ་བཞུགས་སྐྱར་ཕྱགས་མཉེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟབས་པདའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་  
དཔེ་ལག་ཐོབ་པའི་ཆེད། བརྗེ་བྱ་ཡི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གིས་སྐར་བསྐྱེན་ཞུས་དང་ཞུ་འཆར་བཞིན།

ད་ལམ་དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བས་མཛད་པའི་“རྗེ་བརྩན་མར་པའི་རྣམ་ཐར་གྲུབ་པའི་  
རོ་མཚར་བཛོད་པ་དང་། དཔལ་གཙུག་ལག་སྤེང་བའི་རང་རྣམ་འབྲུལ་པའི་བཞིན་རས་འཆར་  
པའི་མེ་ལོང་དང་། གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག་”བཅས་བརྗེ་བྱ་ཡི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་འགོ་བྱོན་  
བཏང་སྟེ་དེ་བ་གངས་ ༡༠༠༠ ཐམས་པ་གསར་ཏུ་བར་སྐྱེན་ཞུས་སྐབས། ཕྱག་དཔེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཞུ་  
བཞིག་འགན་འཁུར་བ་དགེ་སློང་ཆེ་རིང་དང་། ཐོན་གསར་རིག་མཛོད་ཏུ་བཅུག་མཁན་འཇམ་  
དབྱངས་བཟ་གིས་དང་། ཞུད་ག་པ་བསྐྱེན་འཛིན་གེས་རབ་དང་། བཟ་གིས་ལུན་ཚོགས་བཅས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱ་ར་གྲུ་འདེགས་གནང་བ་ལ་སྟིང་ཐག་པ་ནས་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་བྱུང་དང་། མ་  
འོངས་ལར་ཕྱག་དཔེ་གཟིགས་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་ཆ་འདི་ཉིད་སྟེང་ནས་བསྐྱབ་སྐྱང་། ཞིབ་འཇུག་  
ཉམས་ལེན་གང་གཟབ་ཀྱིས་རང་དོན་ཏུ་ཐོས་བསམ་སྒོ་མ་གསུམ། གཞན་དོན་ཏུ་འཆད་རྟོག་རྩོམ་  
གསུམ། གཉིས་དོན་ཏུ་མཁས་བརྩན་བཟང་གསུམ་སྟེ་དམ་པའི་རང་རྩལ་དགུ་ཡིས་དོན་གཉིས་  
ལྟོན་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་སྒྲོན་འདུན་དང་། དེ་ལྟ་བུ་གནད་རོགས་ཞེས་ཀྱང་ཞུ་བ་ལགས།  
དེ་བཞིན་མ་ཕྱི་གསལ་པོ་མ་ཐོབ་པ་དང་། ཞུད་ག་གནད་སྟིན་མ་སོང་བ་སོགས་ཀྱི་ལྷག་ཆད་  
དང་། རྣམ་འབྲུལ་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་ཏུ་བཞགས་གིང་། རྣམ་  
བཅོས་བཀའ་བསྐུབ་ཀྱང་ལྷག་པོར་རྩལ་གནད་བཀའ་བྲིན་ལྟ།

ཁ་ལྟ་སྐལ་མིང་པས།

## པར་སྐྱོན་སྤྱོད་བརྗོད།

རྗེ་བཙུན་མར་པའི་ལྷ་ས་ཐང་མཛད་པ་ཡོད་པའི་པོ་གཙུག་ལག་ཐང་བའི། རབ་བྱུང་བརྒྱད་  
པའི་གིང་ལོ་བྱི་ལོ་ཉེ་ལྷཱི་ལོ་ ༡༧༠༧ ལོར་ལྷ་ས་སྡེ་ཐང་དུ་ཡབ་སྐུ་མ་དར་དང་། ཡུམ་ལམ་སྡེ་ད་  
སྡོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་སྐྱེ་འབྱུངས། རབ་བྱུང་དགུ་པའི་མེ་མོ་ཉལ་ལོ་ཉེ་ལྷཱི་ལོ་ ༡༧༥༥ ལོར་རྒྱ་  
གཤེགས། དགུང་ལོ་ལྔ་པར་དགེ་བསྟན་ཆ་ལུང་པས་རྒྱ་གོང་མ་དཔའ་པོ་ཆོས་དབང་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་  
རྒྱ་ཐེང་གཉིས་པར་རོས་འཛིན་གནང་། རྗེ་བྲག་གོ་བོད་གོན་པའི་གདན་སའི་ཁྲི་ཡམངས་གསོལ།  
དགུང་ལོ་དགུ་པར་ལྷ་དམར་རྒྱ་ཐེང་བའི་པ་ཆོས་གཤམ་མེ་ཤེས་ལམ་དགེ་བསྟན་དང་རབ་བྱུང་  
དགེ་ལྷཱི་པ་རྒྱུ་པས་ཏེ་མཛན་ལ་མི་ཐམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་གསོལ། དགུང་ལོ་བཙུག་ཉིས་པར་  
དུགས་པོ་བསྐྱེད་ཆོས་རྒྱལ་བ་ལྷན་པའི་རྒྱལ་མཛན་ལས་གསར་ཁུགས་གསར་རྟེན་གྱི་ཆོས་མང་པོ་  
གསན་ཞིང་། དགུང་ལོ་ཉེར་དགུ་པར་ཀུམ་པ་མི་སྦྱོང་དོ་རྗེ་དང་མཛའ་ཞིང་ཆོས་འབེལ་ལུས་ཏེ་  
མཛན་ལ་དཔལ་གཙུག་ལག་ཐང་བ་ཞེས་གསོལ། དེ་ནས་བརྒྱུད་མདོ་རྒྱགས་རིག་གནས་དང་  
བཅས་པའི་སློབ་གཉེར་མང་ཆེ་བ་སྐྱུ་མ་འདི་པའི་བྱུང་ནས་མཛད་དེ་མ་ཁས་པའི་ཐུལ་ཕྱིན་དུ་གྱུར།  
དེ་ལྷོ་མ་ཁས་པའི་བྱ་བ་འཆད་ཅོད་ཚུམ་གསུམ་གྱིས་དུས་འདའ་པར་མཛད་དེ་དགུང་ལོ་དུ་གཙུག་  
རེ་གསུམ་པར་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་སོ།།

ཁོང་གི་གསུང་ཚུམ་ཐམས་ཅད་བཙུན་ཐེ་ཆོན་བཙུགས་ཀྱི་བཙུས་ཏེ། མཚོན་བརྗོད་བརྗོད་  
ཆོགས་ཀྱི་སྒོར། ལྷ་ས་ཐང་ཆོས་འབྱུང་གི་སྒོར། རྒྱ་དང་སྐྱོན་དབྱེད་ཀྱི་སྒོར། མདོ་རྒྱུད་ལུང་བཙུས་  
ཀྱི་སྒོར། ལྷ་ས་བཀྱང་ཐིན་ཤིས་ཀྱི་སྒོར། མདོན་དཀྱིལ་རྒྱལ་ཐབས་ཀྱི་སྒོར། བྱ་བ་ཆོས་སྦྱོང་ཀྱི་སྒོར།  
རང་གི་རྟོགས་བརྗོད་ལ་མོགས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒོར། ཉམས་ལེན་ཁྱིད་ཡིག་གི་སྒོར།  
གནད་དུ་སོག་པར་འདོམས་པ་ཞལ་གདམས་སུ་གཤགས་པའི་སྒོར། མན་རྒྱ་རྩ་ཆོགས་པའི་སྒོར།  
དཀར་ཆག་བཞོད་ཡིག་གི་སྒོར། རྩ་བ་བཀྱ་གིས་ཀྱི་སྒོར་བཅས་གསུང་འབུམ་པོད་བཙུངས་ལྷག་  
བཞུགས་པ་ལས། ད་ལམ་འདི་ག་མ་རྒྱ་བརྗོད་བྱུང་པའི་མཛོད་ཁང་ནས་ཁོང་གི་དགུང་ལོ་དུ་གནས་

སོ་དགུ་བར་གྱི་རང་རྒྱལ་ཆོག་མཐོང་དུ་ཡོད་པ་ཆོས་རྗེ་ཀུན་སྤངས་པ་ལྷུ་མ་སྤྱིང་དང་དོ་རྗེ་འཛིན་  
 པ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་དགུང་ལོ་སོ་དགུ་བར་མཛད་པའི་“རང་གི་རྟོགས་པ་བརྗོད་  
 པ་འབྲུལ་པའི་བཞིན་རས་འཆར་བའི་མེ་ལོང་”ཞེས་བྱ་བ་དང་། གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག་གོང་  
 གསལ་ལྟེ་ཆོན་བཅུ་གསུམ་ལྟེ་ཡོད་པ་“སྤྱོད་པ་ལ་འདི་རྒྱལ་སྤྱི་ཐོ་ཡིག་རང་གིས་སྤྱར་བ་”ཞེས་  
 བྱ་བ་དང་། དགུང་ལོ་དུག་རྩ་བ་རྩ་མོ་ལག་གི་ལོ་རྒྱུ་ལོ་༡༧༩ ལོར། ས་སྤྱོད་བཞོན་འཁོར་མཆོན་  
 ཅན་དང་། ས་སྤྱོད་གསལ་ཀྱིས་བརྟན་པས་བསྐྱེད་ཏེ། རྟོག་པའི་རྒྱལ་ཐར་རིམ་བཞི། རྟོག་པ་རང་  
 གི་རྒྱལ་ཐར་ལོ་རྒྱུ་ས། རས་རྒྱང་པའི་རྒྱལ་ཐར་ལྷ་མ། རྒྱལ་ཐར་ལྷ་རབས་མ། རྒྱལ་ཐར་ཕྱི་རབས་  
 བ། ཆལ་པའི་དེབ་དམར། དེབ་རྩོན་པོ། རྩུན་རྩེ་ཆོས་འབྱུང་། ལོ་རྒྱུས་ཐོ་ཆོས་ཐེལ་ལྟེད་བྱ་བ་ཞེ་  
 ས་དོ་རྗེ་དང་མི་སྤྱོད་དོ་རྗེ་ལྷུང་བྱུང་ཡོད་པ་གཉིས། ཆལ་པ་ཀུན་དགའ་དོ་རྗེས་བསྐྱོགས་པའི་  
 རྒྱལ་ཐར། ལྷ་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐར་ཐོ་བོ་བཅུན་པའི་སྤོ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་རྒྱལ་ཐར་མི་  
 འདྲ་བ་བཅུ་གསུམ་ལས་ལེགས་པར་བརྟེན་ཏེ་མཛད་པའི་“རྗེ་བཅུན་མར་པའི་རྒྱལ་ཐར་གྲུབ་པའི་  
 རོ་མཆར་བརྗོད་པ་”ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྒྱལ་ཐར་ལྷུན་གྲིན་ཏུ་དཀོན་རིགས་ལྷ་མོན་ཏེ།  
 འདི་ག་མ་རྒྱ་བརྩ་བྱུང་བའི་མཛོད་ཁང་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་གཉིས་ལྷུང་པར་སྤྱོན་འབྲེམས་སྤྱེལ་ཞུས་  
 པ་ལགས།

འདིར་མར་པའི་རྒྱལ་ཐར་གྱི་མ་དཔེར་སྤྱར་དུ་གྲུབ་ནས་ཀྱང་ལན་དུ་མར་ཞུས་དག་བགྱིས་  
 མོ། །ཞེས་ཡོད་རུང་འདིར་བྱེད་འབྲེལ་དང་ཆོག་སྤང་སོགས་བརྗོད་པའི་རྒྱལ་གཞག་དང་མི་  
 མཐུན་པ་མ་དཔེ་འགོ་ནས་མཐུག་པར་ཡོད་པ་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ཆོས་དུ་བཅོས་འབྱུར་མ་བཟང་  
 བར་མ་དཔེར་གང་ཡོད་པ་རང་སོར་བཞག་ཡོད། མ་དཔེ་ནི་ལྷ་སྤྱབས་རྗེ་ཡོངས་འཛིན་མ་ཐན་ཆེན་  
 བླ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་ཐབས་འཛོལ་གནང་བའི་པར་ལོག་འདྲ་བཅུས་གིག་དང་། ཡང་མ་  
 རྒྱ་མཐོ་སྤོབ་བཀའ་བརྒྱུད་རང་ག་ཞུང་མ་ཐན་པོ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོད་བྱག་དཔེ་གིང་པར་རྟེང་  
 པ་གཉིས་པོ་ཡིན། མ་དཔེ་འདི་གཉིས་གསལ་མ་གསལ་གྱི་བྱུང་མ་གཏོགས་པར་མ་གཅིག་ཡིན་  
 འདུག། འདིར་མར་པའི་འབྲུངས་ལོ་ཤད་གྲག་འདི་ལྷ་སྤྱའི་(ཕྱི་ལོ་༢༡) ཅང་ཡོད་པ་འདི་ཞུ་སྤྱི་ག



པས་བཞོད་པའི་མཆན་ཡིན། མར་པའི་རྣམ་ཐར་ནང་རྒྱུ་པའི་ས་བཅད་ཀྱང་ཁྱེ་གི་པས་ཐུག་  
དཔེ་གཟིགས་པ་པོ་རྣམས་ལ་གྲོག་བདེ་བ་དང་ཐུགས་ལ་འཇགས་སྒྲ་ཡོང་བའི་བྱིར། བྲག་འཁྱུང་  
རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་མར་པའི་རྣམ་ཐར་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གྱི་ས་བཅད་རྣམས་འདིར་ལྟན་ཅིག་  
ཏུ་རྒྱུར་ཏེ། དེ་བ་གྲངས་གཅིག་མྱོང་༡༠༠༠ ཐམ་པ་སྒྲ་ཏ་བརྒྱ་པོ་དཔྱད་པའི་མཛོད་ནས་འགོ་གོན་བཏར་  
ཏེ་པར་རྒྱན་འགྲེམས་སྒྲེལ་ཁྲིམ་པ་ལགས་པས། ཆད་ལྟག་ནོར་ལུའལ་གང་བྱུང་ལ་བཞོད་གསོལ་  
སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་ལུ་པ་ལགས།

## རྗེ་བཙུན་མར་པའི་རྣམ་ཐར་གྲུབ་པའི་ངོ་མཆར་ བཙོང་པའི་བསྟུས་དོན།

འདིར་རྗེ་བཙུན་མར་པ་རྒྱ་རྒྱེ་བ་བཞེས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་དང་མཛལ་རྒྱལ། རྒྱ་གར་དུ་སྤྲོ་མ་  
མཛལ་ནས་དམ་ཆོས་པོད་དུ་རྒྱུན་དྲངས་རྒྱལ། ཉམས་རྟོགས་ཐུགས་ལ་འཁྱུངས་རྒྱལ། རྒྱ་གར་དུ་  
ལན་གསུམ་བྱོན་རྒྱལ། སྤུངས་དར་མ་མདོ་ལྷོ་རྒྱ་གཤེགས་རྒྱལ། བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་  
བའི་ཡུང་བསྟན་མཛད་རྒྱལ། སྤྱི་རྒྱ་འཕྱུལ་གྱིས་བཞོད་པ་བསྟན་རྒྱལ། གཞུགས་རྒྱ་ཆོས་དབྱིས་  
སུ་ཐིམ་རྒྱལ་བཅས་བསྟན་ཏོ།

རྗེ་མར་པ་ལོ་རྒྱ་པ་ལ་ཆེན་པོ་ལ་རྟོགས་ཆད་སྤྱི་བསྐྱེད་གཏན་དགུ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་གར་ནས་  
པོད་རྒྱུན་ཆད་དུ་གསུངས་པ། སྤྲོ་མ་ལ་རྟོགས་པ་ཐུལ་བའི་མཁུར་དབྱངས་རིང་དུ་སྤྱི་བའི་ཁོང་  
འཁྱུར། ཆོས་ལྱིར་དཀའ་བ་རྒྱུད་པའི་མཁུར་ལྷ་པན་དན་བྱེད། མཆོད་གོགས་ལ་བྱོན་སྤྱེས་སུ་ཐུལ་  
བའི་མཁུར་དེས་པ་དང་ལྡན་གྱི་དབྱངས། བཀའ་ཤིས་བྱོན་སྤྱེས་ཀྱི་མཁུར་མེད་རྩོད་པོ་བསྐྱེད་ས་  
པའི་དབྱངས། བྱིར་བ་ཐེལ་བ་ལ་མཆོན་བསྟུས་དྲན་པའི་མཁུར་རྒྱ་ལྷག་གི་ཟིལ་པ། འཁོར་བ་  
བསྟུ་བ་ལ་རིག་པ་ཆོས་དང་བསྐྱེད་པའི་མཁུར་མེམས་གྱི་ཐུགས་ལྷ། འབས་བྱ་ཟད་སར་སྤྱོལ་བ་  
ལ་ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་པའི་མཁུར་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱོད་ཐུགས། མཛད་སྤྱོད་རྒྱ་འཕྱུལ་ངོ་མཆར་གྱི་མཁུར་

ཆོས་སྤྱོད་གི་ཤུགས་སྤྱ། མེམས་གནད་ཏུ་བསྐྱུན་པ་ལ་སྤྱིང་པོ་དོན་གྱི་མན་ངག་དོ་ཏཱོ་མེའི་མགུར་  
ལྷ་པ་བྱུང་ཆེན་གྱི་གསོག་བྱུངས་བཅས་བྱས་པར་བསྐྱུན་ཡོད་དོ།

## མར་པས་ནུ་རྩེ་པ་མ་མཇལ་ཞེས་པའི་ལོག་རྟོག་བསལ་བ།

བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་མར་པ་དང་ནུ་རྩེ་པ་རྒྱུ་མི་མཚུངས་པས་མ་མཇལ་བྱ་བ་དང་། མར་  
པས་མཇལ་བ་དེ་ནུ་རྩེ་པ་མཚུངས་བྱ་བ་ནུ་རྩེ་པ་དངོས་མིན་བྱ་བ་སོགས་ཟེར་བ་ཡོད་པས། དེ་ལ་  
ཐོགས་སྒྲ་མའི་འདོད་བཀོད་པ་དང་། དེ་ལ་རང་ལུགས་ཀྱི་དགག་སྒྲུབ་བཀོད་བཀའི་ས་ལས།  
དང་པོ་ནི།

རྩེ་བཅུན་ས་སྒྲུབ་ཤུགས་པ་བྱུལ་མཚན་གྱིས་འདུལ་འཛིན་བྱང་མེད་གི་དྲི་ལན་རྒྱུ་མར་པ་  
དང་ནུ་རྩེ་པ་རྒྱུ་མི་མཚུངས་པས་མ་མཇལ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འདུལ་བ་འཛིན་བཞུགས་  
འཕྲོར་བྱང་མེད་གིས་ཞུས་པའི་ཐིན་ཡིག་ལས།

རྩོ་བོ་ནུ་རྩེ་པ་དང་མར་པ་མཇལ་ལམ་མ་མཇལ་གསུང་བའི་ལན། སྤྱིར་འདི་དག་ལ་ལུང་  
མེད་པའི་ཕྱིར་ལོ་རྒྱུས་ཅམ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བརྗོད་པ་ལས་གཞན་གཤམ་པར་དཀའ་ལྟེ། བླ་མོ་ལོ་རྒྱུ་  
པའི་ཞལ་ནས། ང་བཅུན་རྒྱུང་གཅིག་གིས་རྩོ་བོ་སྤྱན་འདྲེན་དུ་ཐིན་ཅན་ན། རྩོ་བོ་མ་གྲུ་རྒྱར་སྤྱུངས་  
ཀས་ལོ་གཅིག་འགོར་བར་བྱུང་ནས། རྩོ་བོ་ནུ་རྩེ་པ་ཆེ་བས་ཞལ་ལྷ་འགྲོ་སྤྱུ་ཏེ་མ་གྲུ་ཏ་  
ནས་ཟླ་བ་གཅིག་གར་ལྟེན་ཐིན་པ་ན། ལུ་ལ་ཏ་རི་ཞེས་བྱ་བའི་གཞུག་ལག་ཁང་ན་རྩོ་བོ་ཞུགས་  
ཞེས་ཐོས་ཏེ་དེར་ལྟར་ཐིན་པས། ང་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་བྱུང་སྤྱེ་སྤྱེ་བའི་ཉིན་བར་རྩོ་བོ་ལ་བྱུལ་  
ཤམ་ཅིག་ཤུག་འཆལ་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཐིན་ཐིན་ཆེན་པོ་གཅིག་ཅིག་ས་ནས་འདུག་པའི་རྩར་བཞུད།  
དེ་ནས་ཁྲིམ་ཐམས་ཅད་འུར་ལངས་ནས་རྩོ་བོ་ཐོན་གྱིན་འདུག་ཟེར་ཏེ་ལྷས་པས། རྩོ་བོ་སྤྱོད་པས་  
ཆེ་བ་དཔུང་སྒྲུ་དཀར་བ་ལས་ཐལ་ནས་དམར་ཡང་ངེ་བ་མིན་དུ་འདི་ཐོད་བཅིངས་པ་མི་བཞི་ཅམ་

གྱིས་རྟེན་ནས་གོང་ལ་མུར་གྱིན་བྱོན་པ་མཐོང་། ཞབས་ལ་འཇུག་སུང་བོས་པ་བྱ་སྒྲུབ་ཅན་དབང་  
 ཆེ་ཆེས་ཐར་ཐར་ཐུལ་ནས་མཐའ་རུ་སྟོན། དེར་རྫོབ་པའི་ཞལ་ནི་མཐོང་གསུང་ནི་མ་བོས། དེ་ནས་  
 རྩུང་ལོག་ནས། རྫོབ་ཐེངས་དང་དཔོན་གཡོག་གི་ལོ་གཅིག་པལ་པོར་བཟུང་པའི་དུས་ན། རྫོབ་  
 པོ་རྒྱ་རྩེ་པ་རྒྱ་རྩེ་པོར་ཐུགས་མཐའ་སྟོན་དུ་གཤེགས་ཏེ་ལྷ་འོ་རྩེ་མོ་དུ་མས་པ་སྐྱུ་ནས་ཐུང་  
 པའི་སར་ཡང་ལྷ་འོ་རྩེ་མོ་དང་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་པ་མང་པོ་བྱུང་ཞེས་བོས། དེས་ན་དེད་  
 གྱི་མངའ་རིས་སྟོན་དུ་ལོ་གསུམ་ཟུང་། མར་འོངས་ནས་གྲང་ཐང་དུ་ལོ་གཅིག་ཟུང་། དེ་ནས་མར་  
 འོངས་ནས་སྟེ་ཐང་ན་རྫོབ་ཆོས་གསུང་གིན་པ་ཞུགས་ཅན་ན། མར་པ་སྟོ་ཁྲོས་གྱིས་ཆོས་ལུན་འགའ་  
 གཉན་ནས་སོང་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་དང་རྫོབ་མཇལ་ནས་ཆོས་ལུན་རིང་དུ་མཉན་ཟེར་ཏེ། ཁོ་རང་  
 ཟེར་རམ་མི་ཟེར་རམ་གསུང་བྱ་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱན་མེད་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་རྒྱུད་པའི་གཉམ་  
 ལས་བོས་སོ། །སྤྱི་མ་མར་པ་རང་གི་སྟོབ་མ་འཕན་ཡུལ་ན། གཙང་དར་དད་པ་མེ་ཤེས་བྱ་པ་  
 གཅིག་ན་མེ། གཉན་ཅི་ཟེར་དང་། པའི་སྤྱི་མ་ན་མེ། ར་དང་རྫོབ་ལྷ་རྩེ་པ་དེུ་མཇལ་པ་ལ་མ་  
 སྟེབ། རྫོབ་པའི་སྟོབ་མ་རྒྱ་རྩེ་མོ་རྩེ་བྱ་པ་ལ་གདམས་དག་ཐམས་ཅད་ཐོབ་ཅེས་གསུང་རོ་ཞེས་དད་  
 པ་མེ་ཤེས་གྱི་ཉིང་སྟོབ་ཅིག་ལ་ཁོ་བོས་བོས། དེས་ན་མར་པ་རང་གསུང་དེས་མེད། མར་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་པ་ཐལ་ཆེར་ཡང་རྟོག་དང་མིད་ལ་དང་མེས་ཆོན་པོ་ལ་སོགས་པ་རྒྱམས་ལ་ནི་མ་  
 བྱུང་། བྱིས་རམ་པའི་རྒྱལ་འབྲོར་པ་གཅིག་ལ་བྱུང་ནས་འཕེལ་པ་ལས་མར་པ་རང་གི་མ་བྱས་པ་  
 མང་པོ་འདུག མིད་ལས་བྱུངས་པ་ཐལ་ཆེར་རམ་ཆོད་རས་པས་བྱས་པ་ལས་མིད་ལ་རང་གི་བྱས་  
 པ་ཅམ་མི་སྟངས་ཤིང་། མར་པའི་མིན་པར་གང་གིས་ཤེས་ན་མར་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་པ་ཀུན་ལ་ཡང་  
 བྱང་འགལ་དང་རྒྱགར་གྱི་ཡུལ་རྒྱས་མེད་པ་གཅིག་གིས་ཡུལ་ནོར་པ་མང་པོ་བྱིས་ནས་འདུག་པས་  
 མར་པའི་ཆོག་མ་ཡིན་པར་མངོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལ་རང་ལུགས་ཀྱི་དགག་རྒྱུ་པ་གོད་པ་ལ། ཟངས་ཆེན་མཐན་པོ་སྒྲལ་བ་ཟང་  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོས། ལྷ་དམར་པ་ཞི་པ་ཆོས་ཀྱི་བྲགས་པ་ལ། རྫོབ་ཅུན་མར་པས་པར་ཆེན་རྒྱ་རྩེ་པ་  
 མ་མཇལ་ཞེས་རྫོབ་ཅུན་ཆེན་པོ་བྲགས་པས་རྒྱལ་འབྲོར་བྱང་མེད་གི་རྩི་ལན་དུ་གསུངས་པ་དང་།

རྩོམ་པ་ལྟ་བུ་གིས་ཕྱི་མ་མཁའ་པ་ལ་དངོས་སུ་གནོད་པར་སོང་བ་འདི་ལ། ཁྱེད་ཅག་གི་ལན་  
 རིམ་ལྔ་ལྟ་བུ་ཞེས་འདྲི་བའི་ལན་ལས།

འདི་ན་མར་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་གོས་ཀྱིས། ཁྱ་རྩེ་པར་ཆེན་དངོས་སུ་མ་མཁའ་ཞེས། རྩེ་  
 བཅུན་གྲགས་པས་ནས་འབྱོར་བྱང་སེང་གི། འདྲི་བའི་ལན་དུ་གསུངས་ལ་ལེགས་སོ་འཇམ། མི་  
 འཐད་སྐྱམ་ཞེས་ཉིད་ཀྱི་ཡི་གེ་སོན། འདྲི་བའི་ལན་པའི་གསུང་རབ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། རྒྱལ་པའི་  
 བཀའ་ལའང་བརྟག་དཔྱད་རྩེས་སུ་གནང་། འདྲི་བའི་ལན་ལྟར་ཅི་རིགས་ཐོག་མར་དཔྱད། འབྲོག་  
 མི་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་དུ། ཁོང་དང་སྟག་ལོ་གོགས་མཆེད་བལ་ཡུལ་གྱི། འབྲུག་ལྷ་པོའི་བྱང་  
 སྐྱོ་བསྐྱབས་ཀྱི། བྱུང་བའི་པའི་པ་ལྟ་བུ་གི་གཞུག་ལག་དུ། མཁའ་པ་ལྟོ་དུག་ཀྱི་ལ་ཆོས་འབྲེལ་  
 ལུས། ཁྱ་རྩེ་པར་ཆེན་བྱང་སྐྱོ་བསྐྱབས་པ་ཡིན། ཁྱེད་པར་འཁྲིལ་པ་ལྟར་གཞུང་གསན། རྒྱལ་པའི་  
 གཉིས་སུ་བཅུག་སྐྱུ་ལོར་བཞུགས་ནས། བོད་དུ་བྱོན་ཏེ་ལྷ་གྲུ་ལུང་ཞེས་པར། མཁའ་པ་དགྲུང་  
 ལོ་བཅུ་གསུམ་པ་ཞེས་པ་ཡིས། ལོ་རྒྱ་བསྐྱབས་ཤེས་(གསང་འདུས་ཆོས་འབྱུང་དུ)མཁའ་པ་ལྟོ་རྩེ་  
 བཞེད། ཁོ་རྟེན་གཉིས་དང་མར་པ་ལོ་རྒྱ་གཉིས། བལ་པོར་ལོ་གསུམ་ཆོད་པ་གོ་མས་བཅུག་  
 རྩེས། ལམ་མཐིང་སྐྱུ་མཆེད་སྐྱང་བོར་ཡོད་པ་ལ། ལྷ་ལྷ་རིམ་རྩེ་པར་ཆེན་མཁའ། གཉིས་  
 ལོས་པ་ལིང་ལྷ་ཅོང་ལ་བཞེད། ཡི་ཤེས་ཞབས་ལུགས་གསང་འདུས་ལ་སོགས་མཉན། རྩེ་  
 ལམ་ལ་ཡང་ལྷ་རྩེ་པར་སྐྱང་། འབྲོག་མི་གཉིས་དང་ལམ་མཐིང་བཞུན་ཡིན་ཞིང་། མཁའ་པ་  
 ལོ་རྒྱ་རྩེ་པར་ཆེན་སུ་མཁའ། འབྲོག་མི་གཉིས་དང་ལམ་མཐིང་བཞུན་ཡིན་ཞིང་། གསང་  
 འདུས་མར་ལུགས་གདན་བཞེ་སྐྱུ་ལོ་གསུམ། ཁྱ་རྩེ་པར་ཆེན་པ་ལྟར་པ་འདྲི་བའི་བྱང་པ། སྐྱུ་ལོ་  
 སྐྱུ་མོང་མ་རྣམས། ལམ་མཐིང་བཞུན་ཀྱི་ལོང་པ་ལོན་ཞེས། ཁྱེད་ཅག་བཞུགས་པའི་བདན་  
 འབྱར་ན་མཛེས། རྩེ་པར་ཆེན་ཀྱང་འབྲོག་མི་མར་པ་དང་། ཐོག་མཉམ་མཁའ་པ་ལྟོ་དུག་  
 སྐྱུ་ལོན་སྐྱུ། འདི་སོགས་ལོ་རྒྱ་སྐྱུ་མཆུངས་གཞན་ཡང་ཡོད། རྩོམ་པ་ལྟ་བུ་པའི་ལོང་པ་  
 འབྱུངས་པ། འབྲོག་མི་ལོ་རྒྱ་སེང་བཅུན་སྐྱུ་ལོ་མཛུང་པའི་ཆོ། རྩོམ་པ་ལྟ་བུ་པའི་ལོང་པ་  
 ད་ལྟ་འཕགས་ཡུལ་པར་ཆེན་འདུན་མེད་ནི། ཁྱ་རྩེ་པར་ཆེན་པོ་ལྟར་ཉིད། འདྲི་བའི་ལན་ལྟར་གསན་ན་

དེ་རྗེས་ཆེ་ཟེར་བ། རྣམ་ཐར་གྱིས་འདི་ཁྱེད་ལ་ཚད་ཡིན་ན། འུས་མཚུངས་ངེས་ཤིང་ཐིང་ལུ་  
 བསྟོན་པར་རུས། འདི་ལུ་འུས་མཚུངས་ཙམ་ཞིག་འགྲིག་མོད་ཀྱི། འཁོ་ཆོག་ས་འགྲིག་གམ་སྟམ་  
 འུ་ཐོ་ཆོམ་པ། ཟུང་ནས་འབྱིན་སྟངས་ལོ་ཡི་ཆིས་ཐོང་ལ། ཨྱིག་པ་བསགས་ནམས་ལྷུང་དུ་བཤགས་  
 ན་ལེགས། རྣ་རོ་པར་ཆེན་ཆུ་མོ་གྲང་ལོ་པས། ཉེར་དུག་བཞེས་པའི་ས་པོ་སྟག་གི་ལོར། མར་  
 པ་སྟུ་འབྲུངས་དེ་ཡི་ཉི་ཤུ་དང་། པར་ཆེན་དགྲང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་པ། མེ་མོ་བུ་ལ་ཐོག་མར་  
 མཇལ་བ་ནི། དཔལ་ལྷན་མཁའ་སྟོན་དབང་པོས་ངེས་པར་བཤད། ། (ལྷགས་འདིས་རྣ་རོ་པ་བརྒྱད་  
 ཙུ་ལྟ་ལྟ་བཞུགས་མེ་མོ་གྲང་ལ་མཁའ་སྟོན་ལག་ཤེགས་པར་འདོད།) རྣམ་ཐར་གཞན་ལས་མར་པ་བུ་ལོ་  
 པས། བཅུ་བརྒྱན་ལོན་པའི་འུས་སྟར་རྣ་རོ་པ། མཇལ་ཞེས་བྱུང་བས་དེ་ཡི་གྲང་སྟིང་ཡང་། ཤིང་  
 མོ་བུ་ཡི་ལོ་པར་བརྒྱད་བ་སྟེ། རྩ་ཕྱི་འདི་གཉིས་ཆོ་བོའི་དགྲང་ལོ་ཡང་། ལྷགས་ཐོ་རྟ་དང་ཤིང་  
 རྟ་འདོད་དང་སྟུར། བདག་གི་མཁན་པོ་རིན་ཆེན་ཞལ་སྟར་ནས། འཁོ་ཆེན་རིན་པམར་ས་ཐོ་རྟ་ལོ་  
 པ། དེ་ཡི་ཉེར་ལྟ་ཐོ་རྟ་ཡི་ལོར། རྩོ་བོ་འབྲུངས་ཤིང་ལོ་ཆེན་ད་ལྟ་དང་། འདྲི་པོ་ཀ་ར་སྟམ་ཙུ་  
 སོ་གཅིག་པ། རྩོ་བོ་བུ་པའི་ལོ་ལ་མར་པ་བལྟམས། ས་པོ་འབྲུག་ལོ་ཆོ་བོའི་ཞེ་བརྒྱན་དང་། མར་  
 པས་དགྲང་ལོ་བཅུ་བརྒྱན་བཞེས་པ་ཡི། འཁོ་དེ་ནས་བརྒྱད་ལོ་དུག་སྟུང་བ་བརྒྱན། རྣ་རོ་པར་  
 ཆེན་ཞབས་པད་མར་པས་བསྟེན། འཕགས་ཡུལ་སྟུ་ཕྱི་གཉིས་སྟུ་བྱོན་པ་ཡིན། རྩོ་བོ་ཆེན་པོ་  
 (ལྷགས་འབྲུག) ང་དགྲའི་སྟེང་ཐེབས་ནས། བལ་པོའི་ཡུལ་དུ་འབྱོན་གོང་རྣ་རོ་པས། ། (ཁ་ཆེ་ལྟ་  
 རྟ་རི་སོགས་སྟུ་བཞུགས་པ་སྟུང་བེ་ཀ་མ་གྱི་ལར་བྱོན།) བསྟན་པ་གཏད་ནས་ཡུན་རིང་སམ་ལོན་པར། ཁི་  
 བར་གཤེགས་ཞེས་ལམ་ཡིག་དེ་ལ་སྟུང་། འདི་དང་འུས་མཚུངས་མཁའ་འགོ་མས་བསྟུལ་ཏེ། མར་  
 པས་བསྟོན་པའི་(མར་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་ལར་) ལམ་དུ་ཆོ་བོ་མཇལ། རྩོ་བོའི་དགྲང་རྟ་མར་པའི་རྣམ་  
 ཐར་ཡང་། འཁོ་ཡི་དབང་ཐང་མི་འདྲ་འདྲག་ན་ཡང་། སོ་སོའི་འདོད་སྟུང་རིམ་པས་བཅིས་ཀྱང་  
 འགྲིག འཁོ་ཆོག་ས་འདི་རྣམས་འབྲུལ་ལམ་མ་འབྲུལ་ཞེས། རྟོག་དང་མཚུར་སྟོན་མི་ལ་རྟུང་པར་  
 བཅས། བཀའ་གདམས་སྟུ་མཆོད་རྣམ་གསུམ་ལ་སོགས་དང་། འུས་མཚུངས་སྒྲིགས་དང་འབྲུལ་  
 པའི་སྐབས་མི་སྟི། མར་པས་རྒྱ་གར་གྱི་མ་བྱོན་པ་དང་། པར་ཆེན་རྣ་རོ་གཤེགས་པ་མཐུན་  
 སྟངས་སྟེ། འདི་འུས་མ་མཇལ་གསུང་བ་ཡིན་གང་ན། གཟུ་བོའི་སྟོ་ཡིས་དབྱང་པར་འོས་པ་ཉིད།

གལ་ཏེ་སྐྱ་གཏུང་སྐྱངས་པས་མ་མཆལ་ན། །ཤུབ་ཆེན་གཞན་ལ་འང་མ་ཆུལ་སྒྲོལ་ཆོག་སྟེ། །  
 རྒྱུད་པ་འདིས་ནི་སྐྱ་ལུས་མ་སྐྱངས་པར། །མཁའ་སྐྱོད་བཞུད་ལ་མར་བས་བཀའ་སྐྱད་དེ། །རི་པོ་  
 གསེར་གྱི་དགོན་པར་མཆལ་བར་བཞེད། །ལོ་ཆེན་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་དཔེ་བཞིན་དུ། །མཐོང་སྣང་  
 ཐང་དང་གཉིས་ཀ་བདེན་དུ་རུང། །ཅི་ལྟར་ཆེ་བཙུན་བྲགས་པས་མངོན་ཤིས་ཀྱིས། །དེ་དག་མ་མཆལ་  
 དགོངས་པ་ཡིན་ན་ནི། །སོ་སོ་སྐྱོ་བོས་འཕགས་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་སྟེ། །བྱད་དུ་གསོད་པའི་བདེན་  
 བརྟུན་འབྱེད་པར་དགལ། །དེ་ལྟར་ཡང་མར་དོ་ཆོས་དབང་གིས། །དུས་དེར་མར་པ་དང་མཆལ་  
 རྒྱ་གར་གྱི། །ཉི་ར་ཉུ་ཉི་ར་རྩ་ལྔ་པ་རྒྱེ་ཉ། །སྐྱོད་པ་ལ་གཤེགས་དངོས་སུ་མཆལ་གསུང་བའང། །  
 བརྟུན་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་མཛད་དགོས་མཆིས། །འདི་གཉིས་བརྟུན་ན་ཁྱེད་གྱི་གསུང་  
 འདི་ལ། །བདེན་པར་རྗེས་དབུག་ཡིད་རྗེས་གང་གིས་བསྐྱེད། །དཔལ་ལྷན་དྲི་པི་ཀ་རའི་ལམ་  
 ཡིག་འདི། །ཚད་མར་མཛད་ན་རྩོམ་ལོ་ཆེན་ལ། །རྒྱུད་ལྟེ་བཞི་ཀའི་ཉམས་ལེན་སྟུན་གཅིག་  
 རྟེན། །ཁྱེད་དགོས་གསུང་ལ་སྐྱོད་པར་རི་ལྟར་འོས། །རྩོམ་རྗེ་ཡིག་སུང་རབ་ལྟར་མེད་པར། །ཁྱེ་  
 རྒྱུ་བསྐྱོབ་མ་རྒྱ་བྲགས་ཡིན་གསུང་ལ། །རྣམ་པ་དུ་མར་བསྟགས་པ་མིན་སྟོག་པ། །འདི་ཡང་དེ་ལ་  
 ཆད་མར་བཟུང་ན་འགལ། །སྐྱོད་པ་མཐུན་ལྟར་སྐྱེགས་གཞུང་ལེན་ཁིང། །དེ་དང་མ་མཐུན་  
 གསུང་རབ་འདོར་བའི་ཆོ། །རྒྱུར་རོལ་མཛེས་ཀྱི་སེམས་སྐྱོད་སྒྲོལ་ཆོག་སྟེ། །ཁོར་བ་སྐྱོ་མཆོམས་  
 རྒྱད་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །བཀའ་གདམས་པ་ཡང་རྩོམ་པའི་ལམ་ཡིག་གི། །རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེ་  
 བཞིན་སྐྱབ་པ་རྣམས། །དུས་མཆུངས་ལོ་ཆོག་སྐྱེགས་པ་ཉུག་པ་ལས། །མར་པས་རྩ་རོལ་ན་  
 གཉིས་མཆལ་བར་བེས། །ཁྱི་མ་འདི་འབྲས་གཞོད་པར་དོགས་པའི་ཆོ། །རྩ་རོལ་ཆེན་དངོས་  
 རྒྱུ་མཆོག་གིང། །སྐྱོད་པ་སྐྱ་མར་རྗེས་བཟུང་རྩོམ་པ། །རྩོམ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེམ་ཡིན་པ་ཡང། །ལམ་  
 ཡིག་འདིར་བྱང་ཚད་མར་ཅིས་མི་བཟུང། །རྩོམ་སྐྱ་གཏུང་བཞུས་རྗེས་ལམ་ཡིག་ཏུ་སྟོན་པ་ལ། །  
 རྩོམ་ལྟར་བ་བསྟན་པ་མི་འགལ་ན། །འདི་ལ་འང་མཆུངས་པས་ཡིད་ཆེས་གནས་སུ་མཛོད། །  
 ཞེས་དང།

རྩ་རོལ་ཆེན་ལྟངས་ལྟལ་རིགས་ཅུ་ཞིག་ །འདོད་པ་ཐང་དང་སྐྱབ་པ་བྱུང་ན་ཡང། །མཁས་

བསྐྱེད་པ་ཡིས་ལྷུང་བ་ཡིས། ཁྱིམ་པ་བཞེན་དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་མཐར། རྩོམ་ཉིད་བཞེན་པ་  
 གཞིགས་གིང་སྤྱང་ཡང་ནི། བྱང་སྐོ་སྤྱང་པའི་བཀྲ་ཆེན་མཛད་མཐུན་པས། ལྷ་རྩོ་གཉིས་སུ  
 འབྱེད་པའི་རིག་བཞེསྐྱོང་། ཅིས་ཀྱང་མི་འཐད་ལྷ་རྩོ་གཉིས་བྱེད་ན། བྱེད་ཀྱང་བྱེད་ཁང་གི་  
 རིགས་གཉིས་དང་། བྱང་དང་གཉིས་ཀྱི་འབྲུངས་ལུལ་གཉིས་འཛིན་པས། སྐྱལ་བཟང་ཆོས་  
 གྱི་རྒྱ་མཆོ་གཉིས་འབྱུང་ལ། བདག་ཀྱང་ཀྱེ་ཤོད་ཀོང་ལུལ་གཉིས་འཛིན་ཞིང་། ཞུ་དང་གདན་  
 སའི་མིང་ཡང་ཐ་དད་པས། རྩོམ་གྱི་གཞི་པ་གཉིས་ཀྱང་ཡོད་པ་ལ། སྐྱེ་པོ་བྱི་རབས་འབྲུལ་  
 པའི་གནས་མྱིད་པས། ཏེ་ལྷ་ཉིད་ནས་གཅིག་ཅེས་སྒྲོགས་ན་འཐད། ཏེ་འབྲའི་རོས་འཛིན་དགོས་  
 པ་མེད་མཐོང་ན། རྩུབ་སྒྲོས་རྩེ་བཙུན་བྱམས་པ་འཕགས་པ་ལྟ། བཟུང་འབྲུང་གནས་ལྷ་རྩོ་  
 འབྲུངས་ལུལ་དང་། རིགས་ཀྱང་ཐ་དད་རྣམ་ཐར་བྱུང་བ་ཡིས། རྒྱལ་ལྷས་དེ་རྣམས་གཉིས་  
 གཉིས་ཡོད་དོ་ཞེས། རྣམ་ཐར་འགལ་བ་སྤྱུམ་དོགས་པ་མ་ཤར་པའི། མཁའ་པ་སྤྱེ་མའི་ཤོལ་  
 ལུགས་བཟུང་བ་ལེགས། ཞེས་པ་འདི་ཡང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཁ་ཆེའི་ལྷ་རྩོ་པ་དང་། རྒྱལ་རིགས་  
 ཤར་བྱོགས་པའི་ལྷ་རྩོ་པ་གཉིས་བྱས་ན། གཞན་གྱི་བཙོང་པ་མི་འཇུག་པ་འདྲ་ཞེས་པའི་གསུང་  
 ལན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་གིང་།

དེ་དང་མཐུན་པར་དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་ཡོང་བས་རྩེ་བཙུན་མར་པའི་རྣམ་ཐར་གྱུ་བ་པའི་རོ་  
 མཆར་བཞེད་པ་ལས་ཀྱང་། བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེའི་ཐོན་ལས་རྒྱ་མཆོའི་པར་དུ་ཉི་ཤོད་ལྟར་བདལ་  
 པའི་ཟེར་མ་བཞེད་པས་དད་པ་དང་དག་སྤྱང་གི་མིག་ཡོངས། བཤོག་དང་ལོག་ལྟའི་སྤྱན་པ་འཕེལ་  
 བ་ཁ་ཅིག་མར་པ་དང་ན་རོ་པ་དུས་མི་མཆུངས་པས་མ་མཛལ་བྱ་བ་དང་། མར་པས་མཛལ་བ་དེ་  
 ལྷ་རྩོ་མགོ་བྱ་བ་ལྷ་རྩོ་པ་དངོས་མིན་བྱ་བ་མོགས་ཟེར་བ་ནི། རྩོམ་དང་གང་ཟག་ལ་སྤྱད་པ་ལ་  
 དང་པ་པད་མཆོར་འཇུག་པ་ལྟར་སྒྲོ་བ། མི་ཤེས་རྣམ་དཔེ་མེད་པར་རྒྱ་བཞི་ཡིས། རྣམ་དཔེ་སྤྱོད་པའི་  
 ཁ་ནི་བདུད་གྱིས་བྱེ། ཞེས་པའི་སྐོ་འབྱེད་པ་པོ་བྱུང་བ། ཐོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཆོས་ཅན།  
 རང་བཟོའི་བཟུན་ཡིན་ཏེ། ལོ་རྒྱུས་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། བདག་ཅག་གིས་བཞེད་པའི་ལོ་  
 རྒྱུས་རྣམས་བཞིན་ནོ་ཞེས་པའི་དྲགས་གྱི་རྩལ་གསུམ་རང་ལ་རྒྱས་ཡོད་དུ་བྱུང་བ་དག་གིས། ཐོན་

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་འོད་སྤང་རྫོགས་ཀྱིས་ལ་སོགས་པས་དགེ་སྤྱོད་ཤོད་མ་སྤྱིའི་མེར་བ་  
 འཕེབས་ཤིང་འོད་སྤྲེལ། ཁྱིེད་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་འགྱུར་རྟེན་ཞེས་སྤྲེག་པ་དང་མཚུངས་པས་  
 ཆོས་བཞིན་གྱི་རྩྭ་དུལ་གཤེགས། མ་རྟེན་པ་དང་མཇལ་ཚུལ་མགུར་དང་ནམ་ཐར་འདི་ཅུ་  
 བུགས་པ་ཐོན་ཕྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཚད་མ་དང་། སྤུལ་ཉ་རི་ན་དཔོན་སྤྱོད་གཉིས་མཇལ་བའི་ཞབས་  
 རྟེན་ལོད་པ་སོགས་རྒྱགས་ན་ལྷུང་ལྷུང་གཤེགས་པ་གཤེགས་པའི་གཏན་ཆོགས་དང་། བརྒྱད་པ་འདིའི་  
 མན་དག་རྒྱ་པོད་ན་གཞན་སྤུལ་ཡང་མ་གཤེགས་པ་ད་ལྷུང་དང་དོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་རྒྱན་མ་ཆད་པ་འདི་  
 སྤྱིད་ཅིག་བུགས་པ་དངོས་པོ་སྤྱོད་པས་ཞུགས་ཀྱི་ཚད་མ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་རྟེན་དཔག་ལ་  
 སོགས་པས་གྲུབ་པོ། གཤེགས་སྤྱོད་མ་ཐར་ནམས་མ་གཅིག་གོ་ཞེན། གདུལ་བྱ་སོ་སོའི་རྒྱལ་བ་  
 བཞིན་སྤྱང་བ་འཆར་བ་ལ་སྤྱིའི་གིས་ཆད་འཛིན། རྒྱལ་བོ་མ་སྤྱོད་དམ་སྤྱོད་པ་མཇལ་བ་ཤོ་  
 བ་ལ་འད་མི་གཅིག་པའི་མདོ་འདི་སྤྱིད་སྤྱང་བ་སྤྱོད་པའི་གཤེགས་  
 པ་འདི་ལ་འད་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱོད་པའི་གཏུང་སྤྱངས་པར་སྤྱང་བ་ཡང་ཐུང་། སྤྱོད་མ་པས་ཆེར་  
 ལ་ཞལ་གདམས་དང་ཕྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྟེན་སོ་སོར་གནད་སྤྱེ། བགས་དང་དུང་ཁྱོད་གྲོང་ཁྱེར་ལ་  
 སོགས་པར་རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པས་རྒྱ་ཆེན་སྤྱུལ་གཞུགས་  
 སྤྱོད་ཆོགས་པར་བརྒྱུར་ཞིང་སྤྱང་བ་དང་མི་སྤྱང་བ་དུ་མ་སྤྱོད་པར་སྤྱང་། ཁ་ཅིག་ལ་སྤྱུལ་སྤྱོད་པས་  
 མ་འད་སྤྱོད་དུ་ཕྱོན་པར་ཡང་སྤྱང་རོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་།

དགའ་བརྒྱད་གསེར་མེད་རྩམ་མཐར་སྒྲ་བརྒྱུའལ་གྱི་ཕྱིར་བ་ལས་ཀྱང་། གཞན་ཡང་ལྷན་པོ་  
 ཕྱོགས་ཞེན་ཡིན་དུ་རྟེན་པ་འགས་མའ་པས་ན་རྟེན་པ་མ་མཇལ་ཞེས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་དུ་  
 བརྒྱུས་ཏེ་བྱས་པ་ལ། ལྷན་པོ་ཕྱི་མ་རྩམས་ཀྱིས་རྟེན་སྤྱོད་ཕྱོད་མོད། འཆར་དབངས་ས་པར་གྱིས།  
 ལྷ་རྟེན་ཆོས་དུག་ལུགས་གཉིས་དང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་དངོས་སྤྱོད་འགལ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་  
 བྱས་མགོན་པོ་ཟངས་གྱི་ཅན་གྱི་བརྒྱད་པ་འད་གང་ལ་འདྲེད་བསམ་དགོས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྟེན་  
 པོ་ཆེན་པོས་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་མ་རྟེན་པའི་མ་འད་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་ཆོན་གསུངས་པ་དེའི་སྤྱོད་མ་ཆོས་ས་  
 གང་ལ་ཕྱིད་ཤེས་ལྡན་རྩམས་ཀྱིས་སེམས་པར་བྱས་ན་ལོག་རྟོག་དེ་རྩམས་སེལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ།།



## ༡༡། །རྩེ་བཙུན་མར་པའི་རྣམ་ཐར་དང་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག།

མར་པ་ལོ་ལྷ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་ནི། རྩོད་གཟུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡུལ་པ་མར་པ་དབང་སྤྱུག་ལོད་ཟེར་  
 དང་། ཡུམ་རྒྱ་མོ་ལོད་ཟེར་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུ་སྒྲུ་འབྲུངས། ཁོང་དགྲུང་ལོ་རྒྱུང་བུའི་དུས་ནས་ཡི་  
 བའི་འཕྲི་སྒོ་གཤེགས་པར་མཛུགས། དེའི་སྤྱུངས་སྤྱོད་པ་ཆོད་ཅིང་རྩུབ་པས་ཅིང་ཤོགས་སྤྱུས་  
 ཀྱང་སྤྲུགས་མི་ལ་ཁེལ་བ་ཞིག་བཞུགས། དགྲུང་ལོ་བཙོ་ལྷ་པར་མར་མཁར་སྤྱུག་ཡུང་དུ་ལེབས་  
 ཏེ་འཕྲོག་མི་ཤྱ་ལེ་ཤེས་ལས་རྒྱ་བརྒྱུར་བསྐྱུངས་གིང་ལེགས་པར་མཛུགས། བལ་པོ་སྤྱི་ཐེར་བ་  
 ལས་དཔལ་གདན་བཞི་སོགས་རྒྱུད་འགའ་ཞིག་གསན་པ་དང་། རྒྱ་ཆོད་གསོ་རིག་བཅས་ལ་དང་  
 ལེགས་པར་རྒྱངས། རྒྱ་གར་ལ་ལན་གསུམ་དང་། བལ་ཡུལ་ལ་ལན་བཞི་ཕྱོག་། རུབ་ལ་སྤྱི་ཁྲའི་  
 དགོན་པར་ཐེབས་ནས་དཔལ་ལེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་ལས་གསང་འདུས་དང་། རྒྱ་ཡུམ། འོད་གསལ།  
 རིམ་ལྷ་སོགས་གསན། རྩོད་ཀྱི་མཆོ་ཁོལ་མའི་གླིང་དུ་བྱོན་ཏེ་དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོ་ལས་མ་རྟ་སྤྱ་  
 ཡ་དང་། རྣལ་འཕྲོར་གསུམ། རྒྱ་མ་གསུམ་སོགས་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་གསན། བར་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་  
 རབ་ཏུ་འབྲུགས་པའི་དགོན་པར་ཐེབས་ནས་མངའ་བདག་མེ་ཏི་པ་ལས་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་  
 དང་། ཡུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གསན་ནས་རྟོགས་པ་མངོན་སུམ་དུ་འབྲུངས། བྱང་ཕྱོགས་ཡུལ་  
 ཏེ་རིར་བྱོན་ནས་རྩེ་རྩ་རོ་པ་ལས་དབྱེས་རྩོར་རྒྱུད་དང་། བསྐྱེ་འཕོ་མཆོམས་སྤྱོད་ཀྱི་གདམས་ངག་  
 གཏུམ་མོའི་ལས་རྒྱ་སོགས་ལོང་བཅུ་དྲུག་ཏུ་གསན། ལྷ་རོ་དང་མེ་ཏི་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་ཕྱོགས་  
 ཁ་བ་ཅན་འདུལ་བའི་རྒྱལ་ཆོབ་ཏུ་དབང་བརྒྱུད། སྤྱིར་རྩེ་བཙུན་མར་པའི་བཀའ་འཁྲིལ་ཆེ་བའི་བླ་མ་  
 བཙུག་སུམ་ནི། མཁས་གྲུབ་ལྷ་རོ་པར་ཆེན། རྒྱལ་སྤྱུམ་མེ་ཏི་པ། དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོ། ཡེ་ཤེས་  
 སྤྱིང་པོ། རྣལ་འཕྲོར་མ་རུས་པའི་རྒྱུན་ཅན། ཀ་སོ་རི་བ་དང་། རི་རི་བ་སྤྱེ་སྤྱིང་པ་རྒྱ་མཆོད།  
 རྩོད་རི་པ། ཀྱ་སྤྱུ་ལེ་པ། བ་རྩོར་སྤྱི་ཏ། སྤྱི་ཐེར་བ་དང་། ལེན་ཏ་བ་སྤྱེ་པལ་པོ་སྤྱུ་མཆོད། རོ་  
 པོ་རྩེ་ཨ་ཏི་གཞུམས་ལགས་སོ།།

རྩེ་དའི་རིགས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་གཉིས་ལས། རོ་མོ་བདག་མེད་མ་ལ་འབྲུངས་པ་དར་མ་

མདོ་ཐེ་དང་། དར་མ་དབལ་། བྱག་ཐུང་མ་ལ་དར་མ་བསམ་གཏན། གཞན་བཟང་རི། བན་ལ།  
དགེ་འདུན། བྱ་རིང་འཁོར་ལོ་ཐེ་ཐུ་བྱོན། ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཐུ་ཆེན་ཕོན་རྒྱལ་གྱི། རྟོག་རྟོག་ཆེན་པོ་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཉམ་པའི་སྤྱིས། མཆོར་རྟོན་རྒྱ་དབྱ་བ་དུལ་བས་མཉམ་པའི་སྤྱིས། མེ་རྟོན་ཁབས་  
ཏོག་གིས་མཉམ་པའི་སྤྱིས། མི་ལ་དད་གུས་ཀྱིས་མཉམ་པའི་སྤྱིས་ཏེ་མཉམ་པའི་བྱ་བ་ཞི། སྤྱིས་  
མདོ་ཐེ་ལ་གྱིང་འཇུག་གི་བཀའ་བབས། དེ་ལ་བ་གག་རྟོན་ལ་རྒྱ་ལུས་ཀྱི་བཀའ་བབས། གའི་མི་  
རྒྱུང་ལ་འཕོ་བའི་བཀའ་བབས། རྒྱ་གོང་དབལ་ལེ་ལ་རིམ་ལྡེའི་བཀའ་བབས། དགེ་བཤེས་ཁེར་  
གད་བ་ལ་གཞུང་བཤད་ཀྱི་བཀའ་བབས་པ་སྟེ་བཀའ་བབས་ཀྱི་བུ་ལ། གྲོག་རྒྱ་ལོ་རྩ་བ་འབྱུང་  
གནས་རྒྱལ་མཚན། ཅམ་ལུང་གི་མར་བ་མགོ་ལེགས། ལ་ཡག་གི་བ་རང་བླ་བ་ཅན། འཕན་ལུལ་  
ཀྱི་ཉ་མ་དབལ་མོ་ཐེ་མོས་གྲུས་ཅན་བཞི་བཅས་མོ།

[illegible]

དང་པོ་ཉེན་ཆ་ལ། དང་པོ་ལག་པ་བཅས་ཕྱིན་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལ། ལག་པ་བཅས་ཕྱིན་  
རྒྱལ་མཁུན་པ་སྒྲིབ་པ་ལ། རྟེན་མ་པ་ཕྱིན་རྒྱལ་མཁུན་པ་ལ། ལག་པ་བཅས་ཉམས་ཀྱི་བརྒྱད་  
ལ། རིང་བརྒྱད་ལག་པ་བཅས་ཀྱི་མཁུན་མཁུན་ལ།

གཉིས་པ་རྒྱུ་ཐར་དང་གཞུང་མཁུར། དཔལ་ཉེ་ལོ་པའི་རྒྱུ་ཐར་དང་གཞུང་མཁུར། དཔལ་  
 ལྷོ་པའི་རྒྱུ་ཐར་དང་མཁུར། རྟོ་རྩེ་ཆེན་ཉེ་ལོ་པ་དང་རྣམ་པེ་ཤེས་དང་མཁུར་གྱི་རྒྱུ་ཐར་མཁུར།  
 ལྷོ་པའི་རྒྱུ་ཐར་ཐར་ལོ་ལྷོ་པའི་རྒྱུ་ཐར་ཆེན་མོ་མཐོང་བ་དོན་ཡོད། མར་པའོ་ལྷོ་པའི་རྒྱུ་ཐར་མཁུར།

གསུམ་པ་དབང་གི་ཚོས་སྒྲོར། དངག་མེད་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ས། དབང་བཞི་ཉམས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
པོ། དབང་གི་བྱ་བ་མདོར་བསྡུས་ཆོག་ས་བཅད་ཅན། དབང་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་དབལ་ཉེ་རུ་ཀའི་  
སྒྲིན་བྱེད། རྩོམ་མཁའ་འགྲོའི་མེ་དབང་གི་ཆོག། དབང་འབྲེལ་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་འོད་གསལ་  
ཉི་རླ་ཁ་སྒྲོར་གྱི་ཞལ་གདམས། དབང་བདུད་འགྲོལ་གྱི་གདམས་པ་དང་བད་མི་སྒྲོན་ས་གཉུག་  
མའི་དོན་བསྟན་པ། དབང་གི་ཕྱག་ལེན་ཁ་སྒྲོར་བསྟན་པ་བཞུགས།

བཞི་པ་དབལ་བདེ་མཆོག་གི་ཚོས་སྒྲོར། དབལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་ལོ་རྒྱུས། ཡུལ་ཉི་  
ཤུ་ཅུ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས། དབལ་འཁོར་ལོ་རྒྲུ་པའི་ལྷ་བཙུག་གསུམ་གྱི་ཆོག། ཡིད་བཞིན་འོར་ལུ་  
ཞེས་བྱ་བ་མཁའ་འགྲོའི་གསང་ཆོག། དབལ་བདེ་མཆོག་གསང་བ་ཡིད་བཞིན་འོར་ལུའི་རྒྱུ་བ་  
ཐབས། དབལ་ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པ་བདེ་མཆོག་གི་རྒྱུ་བ་ཐབས། བདེ་མཆོག་དབའ་པོ་གཅིག་པའི་  
རྒྱུ་བ་ཐབས། བདེ་མཆོག་ལྷ་ལཱའི་རྒྱུ་བ་ཐབས། བདེ་མཆོག་དུག་ཅུ་ཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱུ་བ་ཐབས།  
དབལ་འཁོར་ལོ་རྒྲུ་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་ཀྱི་མན་ངག། སྒྲོན་པོ་རིགས་གསུམ་ལས་བྱེད་དང་དམངས་  
འབྲེལ་ལས་མཐུན་སྒྲོར། བདེ་མཆོག་གསང་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་བསྡུས་དོན། དབང་  
འབྲེལ་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་བདེ་མཆོག་གསང་བ་རིན་པོ་ཆེ། བདེ་མཆོག་གསང་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིད་  
བཞིན་འོར་ལུའི་མདོན་རྟོགས་རྒྱུས་པ། རྩོམ་མཁའ་འགྲོའི་མེ་དབང་ལྷུ་བ་ཐབས་ཀྱི་ཅུ་བ། རྩོམ་པ་  
མའི་ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་སྒྲོམ་བསྒྲུས། རང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱུ་བ་པའི་གདམས་པ་ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་  
རྒྱུ་བ་ཐབས་ཤེས་འབྲེལ་མ། དབལ་མཁའ་འགྲོ་མདོ་རྩོམ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བསྡུས་པའི་རྒྱུ་བ་  
ཐབས་རྣམས་བཞུགས།

ལྷ་པ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒྲོར། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཤམ་མ། དབལ་ཉེ་ལོ་པའི་གཟེར་དུག་ནག་པོ་  
དགེ་བ་ལ་གདམས་པ། མངའ་བདག་མེ་ཉི་པའི་ཕྱག་ཆེན་གསེར་གྱི་ཤེང་བ། མེ་ཉི་པའི་མན་ངག་  
ཟབ་མོ་ལམ་དགུ་ལྷག་ས། ལྷ་པ་མདོར་བསྡུས་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། ལུན་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་དམ་ཆོག་བརྒྱུད་པ། རྒྱུད་ཀྱན་གྱི་བཙུད་བསྡུས་བར་དོ་རྩོད་ལམ་བདེ་ཆེན་ལྷོ་ཕྱག་ཆེན་  
བཞག་པའི་མན་ངག། རྒྱུད་བྲུ་མའི་ཆོག་དོན་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ།

དུག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་དུག་གི་སྒོར། ཆོས་དུག་གི་ཅུ་བརྩེ་རྩེ་མཁའ་འགྲོའི་གསུང་པ་གང་ཡང་  
 དག་པའི་ཆད་མ། གྲུ་རྒྱུར་མར་པ་ལོ་རྩའི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་རྣམས་ཆོས་དུག་སྤུས་མཁའ་པ་མ། ཆོས་  
 དུག་ཀྱང་པ། ཟབ་ལམ་སྒྲིང་པོ་རྣམས་ཆོས་དུག་གསང་པ་བདུད་ཅིང་ཁྱེ་རྒྱུན། ཐུན་མོང་གི་ཞལ་  
 གདམས་ཆོས་དུག་གི་ཉམས་ལེན་དུ་དྲིལ་བ། སྒྲོབ་མར་བྱིན་རྒྱུའམ་འཕོ་བ། སྤྱིང་སྒོ་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བའི་གདམས་པ། གཏུམ་མོ། གཏུམ་མོ་ཨ་ཐུང་། གྲུ་ལུས་ཀྱི་མན་དག། ཁྲི་ལམ། ཁྲི་ལམ་  
 ལམ་འཁྱེད་ཀྱི་གདམས་པ། གཉིད་འོད་གསལ། འཕོ་བའི་མན་དག། ཤེམས་གོང་དུ་འཇུག་པའི་  
 མན་དག། རྣམ་ཤེས་པར་དོར་སྒྱུངས་རྒྱུལ། འཁོར་ལོ་བཞི་ལ་བརྟེན་པའི་ཙན་ལྷི་ལ་བསྐྱབ་པ་  
 ཟབ་མོ། དགའ་བཞི་ལོ་རྒྱུས་དང་བཅས་པ་བསྐྱེའོ་ལག་ལེན་དུ་དྲིལ་བ། བསྐྱེའོ་མན་དག་སྒོར་  
 གསུམ། བསྐྱེའོ་གདམས་དག་སྒོར་རྒྱལ་བཅོ་བརྒྱད། བསྐྱེའོ་མན་དག། འོད་གསལ་དོན་  
 བཞི་མ། པར་དོང་རྣམ་གཞག་དང་ཉམས་ལེན། ཆོས་དུག་གི་མན་དག་ཅེས་བྱ་བ། ཅུ་རྒྱུད་དེ་ཁོ་  
 བའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བའི་འཁོར་ལོ་བདུད་ཅི་འོད་ཟེར་ཅན། རྩེ་མར་པའི་ཟབ་རྒྱུད་སྒོར་གསུམ།  
 མན་དག་ཆོག་སྤྱུ་བཅུད་པ་བརྒྱད་པ། མཆོག་གི་གཏུམ་མོ་སྤར་བའི་མན་དག། ར་ས་ཡ་རྣའི་  
 བརྒྱད་ལེན་རྣམས་བཞུགས།

གཉིས་པ་པར་ཆ་ལ། བདུན་པ་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་ཆོས་སྒོར། དཔལ་ཉི་ལོ་པའི་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་  
 གདམས་པ། སྟན་བརྒྱད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་པ་ཁྱིད་ལུང་བསྟན་ཉི་ལོའི་གསུང་། ལུས་མེད་ལེ་  
 ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་ཅུ་བ། ལུས་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་སྒོར་དགའི་གཞུང་ལས་  
 མར་པས་གདན་དྲངས་པ་ལ། ལུས་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་སྒོར་དགའི་ལས་མར་པས་གདན་དྲངས་  
 པའི་གཞུང་སྤུ་ལཱི་ལཱི་རྣམ་པའད། སྟན་བརྒྱད་ལས་པདེ་མཆོག་ཟབ་པ་སྟན་སྤྱེས། སྟན་བརྒྱད་  
 གསང་བའི་མན་དག། སྟན་བརྒྱད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་ཡཔ་དགའ་འཁོར་ལོ་རྩམ་པའི་རྒྱུ་བ་  
 ཟབས། སྟན་བརྒྱད་ཡཔ་དགའི་བུམ་དབང་གི་དཀྱིལ་ཆོག་པོན་ཆེན་གསལ་བའི་རྒྱུན་མ། པདེ་  
 མཆོག་སྟན་བརྒྱད་ལས་ཅུ་བ་དུག་ཡན་ལག་སོ་དགའ་གཏུམ་མོའི་འབྲུལ་འཁོར་བཅོ་བརྒྱད། སྟན་  
 བརྒྱད་གདམས་པའི་མཆོག་དབང་གསུམ་དངོས་སྤྱུ་བསྐྱར་བའི་ལག་ལེན། སྟན་བརྒྱད་གདམས་

པ་དྲོ་རྩོམ་གྱི་མདུད་འགྲོལ། དཔལ་བདེ་མཆོག་སྟེན་བརྒྱད་གསང་བའི་མན་ངག། དཔལ་བདེ་  
 མཆོག་སྟེན་བརྒྱད་གསང་བའི་མན་ངག་གི་མཆན་འགྲེལ། སྟེན་བརྒྱད་བདེ་མཆོག་ལྟ་བུ་གསུམ་  
 གི་རྒྱལ་ཐབས། སྟེན་བརྒྱད་ལས་བདེ་མཆོག་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལྟ་སྟེན་རྒྱལ་ཐབས། དཔལ་ལྷན་ཅིག་  
 སྟེན་མའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱལ་མོ་ཆོས་ཉིད་མི་འབྱུང་བའི་གདམས་པ། ཡི་དམ་དབྱེས་པ་དྲོ་རྩོམ་  
 འོག་དྲིལ། ཡི་དམ་དྲོ་རྩོམ་མའི་འོག་དྲིལ། བདེ་མཆོག་དམངས་འཕྲིན་ལས་འབྱུན་སྦྱོར་གྱི་  
 འོག་དྲིལ། མར་པ་ལོ་རྩའི་སྟེན་གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། ཅ་རྒྱུད་བྲམིག་འཁོར་ལོའི་རྩ་ཆོག་ཁམ་པ་  
 ལོ་རྩའི་སྟེན་གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། ཅ་རྒྱུད་བྲམིག་འཁོར་ལོའི་འགྲེལ་པ། མར་པ་ལོ་རྩའི་སྟེན་གྱི་  
 འོག་དྲིལ་ལས། འཕོ་བ་སྦྱོར་ལོ་རྩའི་སྟེན་གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། འཕོ་བ་སྦྱོར་  
 རྟོལ་གྱི་འགྲེལ་པ། མར་པ་ལོ་རྩའི་སྟེན་གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། བར་དོ་སྦྱོར་ཆོད་གྱི་གདམས་པ། མར་  
 པ་ལོ་རྩའི་སྟེན་གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། བར་དོ་སྦྱོར་ཆོད་གྱི་འགྲེལ་པ། མངའ་བདག་མར་པ་ལོ་རྩའི་  
 སྟེན་གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆོག་བསྟུན་རྩ་ཆོག་ཁམ་པ་བདག་མར་པ་ལོ་རྩའི་སྟེན་  
 གྱི་འོག་དྲིལ་ལས། བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆོག་བསྟུན་མཆན་འགྲེལ། བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཆོག་བསྟུན་  
 འགྲེལ་པ། སྟེན་བརྒྱད་དྲོ་རྩོམ་ཆུང་། རྒྱུད་གྱི་ཞལ་གདམས། དབྱིབས་གྱི་རྣམ་འབྱེད་རྣམ་  
 གསུམ། སྟོན་མེད་ཉིང་འཛིན་དབང་གི་འོག་དྲིལ། འདོད་ཆགས་དྲོ་རྩོམ་འོག་དྲིལ། སེར་སྦྱ་དྲོ་  
 རྩོམ་འོག་དྲིལ། གཉི་སྤྲུག་དྲོ་རྩོམ་འོག་དྲིལ། ར་རྒྱལ་དྲོ་རྩོམ་འོག་དྲིལ། བྲག་དོག་དྲོ་རྩོམ་  
 འོག་དྲིལ། ཞལ་གདམས་འོག་དྲིལ། ལས་གྱི་དྲོ་རྩོམ་འོག་དྲིལ། ལྷ་ལས་གྱི་མན་ངག་སྟོར་དྲོ་  
 རྩོམ་འོག་དྲིལ། ལྷ་འཕྲུལ་དྲོ་རྩོམ་འོག་དྲིལ། གཞོད་སྦྱིན་ཁུལ་པོ་དར་ཐོད་ཅན་གྱི་འོག་  
 དྲིལ། རྒྱལ་པོ་ཆོས་ཉིད་རང་གྲོལ་གྱི་འོག་དྲིལ། ལྷ་ག་དྲོ་རྩོམ་འོག་དྲིལ་རྣམས་བཞུགས།

བརྒྱད་པ་གསུམ་སེལ་གྱི་སྟོར། གསུམ་སེལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་གསལ་བྱེད་སྟོར་པོ། རྒྱུད་  
 གི་དེ་ཉིད་བདུན་ཅུ། འབྱུང་བཞི་རྩོམ་སྟེན། བ་ཆ་པོགས་དབྱུང་བའི་གཟེར། འཆི་བཀྲོགས་ལྷ་  
 འཕྱེར་བའི་གཟེར། ཉན་མོངས་ལམ་དུ་སྦྱོང་བའི་གཟེར། རྣམ་རྟོག་རང་སྐྱོལ་བའི་གཟེར།  
 བར་ཆད་གལ་དུ་སྒྲན་བའི་གཟེར། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་མན་ངག་རིམ་ལྔ། གསང་འདུས་

མིམ་ལྷའི་གདམས་ངག། མིམ་ལྷའི་བཟུས་གསལ། རྒྱད་ཐེ་གཅིག་ཤིལ་གྱི་ཁུས་ལན། བད་བཅུན་  
 རྩོམ་ཆོག་རྒྱུ་གི་གདམས་པ། དཔལ་རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཀྱེ་རྩོམ་ཆོག་པུ་གཉིས་པའི་ཁྱིད་ཡིག་  
 འབུམ་རྒྱུད་ཉི་མ། ཀྱེ་རྩོམ་ཆོག་རྒྱད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་བཀའ་ཡང་དག་པའི་ཚད་མ། ཀྱེ་རྩོམ་ཆོག་  
 བཤད་རྒྱད་རྩོམ་གྱི་ཐོག་གིང་། མཁའ་འགོ་མ་རྩོམ་གྱི་མན་ངག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུ་པ་  
 རྣམས་བཞུགས།

གསུམ་པ་རྒྱད་ཆ་ལ། དགྲ་པ་རྒྱད་འགྲེལ་གྱི་རྒྱུད། མཁའ་འགོ་མ་རྩོམ་གྱི་མན་ངག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འབུམ་  
 པའི་རྒྱད་གཞུང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་མདོ་དང་རྒྱུར་པ། མ་རྩུ་ལྷའི་གདམས་ངག་བཀའ་  
 བཀོས་དོན་དུག། དཔལ་བདེ་མཆོག་ཅུ་རྒྱད་ཀྱི་ཐེ་ཐོག་གཉིས་མེད་རྣམ་པར་རྒྱལ་པའི་རྒྱད་  
 འགྲེལ། དམར་མོ་ཐུག་གི་མདའ་འཕེན་མའི་རྒྱད། མ་རུ་ཙེ་བཤམ་པ་རྒྱལ་པེད་ཀྱི་རྒྱད། ཉེ་བཟོ་  
 གྱི་ཐུགས་དོན། རྒྱད་ཀྱི་ཁུས་ལན།

བཅུ་པ་ལས་ཆོག་སྟོན། ཀྱེ་རྩོམ་ཆོག་ལས་ཆོག་སྟོན། ལྷའི་བཟུང་འཁོར། ལྷུང་དཔེ་བ་  
 བཅུན་པ། དག་བསད་པ། ལས་རྒྱུད། ལྷ་བཞེགས་པ། ཕྱད་བཞེགས། ལས་རྒྱུད་མན་ངག་ཟུང་  
 པ། དག་ཐུས་པ་དང་། གཞོན་ལུ་མ་དགྲག་པ་གཉིས། བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོའི་ལྷན་ཐབས་གཏོར་  
 འབུལ། ཆོག་སྟོན་གྱི་འཁོར་ལོའི་ཆོག་ཞེས་བྱ་བ། དཔལ་འཁོར་ལོ་རྩམ་པའི་སྤྱིན་ཐེག་གི་མན་  
 ངག། དཔལ་པོ་གཅིག་པའི་སྤྱིན་ཐེག་གི་ཆོག། ལས་རྒྱུད་མན་ངག་གི་ནུ་ཟུང་པ་ཆོག་སྟོན་  
 བཅུད་པ། འཕྲིན་ལས་གཏོར་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་གཞུང་། དཔལ་འཁོར་ལོ་རྩམ་པའི་གཏོར་ཆོག་  
 ལག་མཚན་ཕྱི་མཚན་གསུམ་གྱི་གཞུང་། མར་པའི་ཞལ་གདམས་ཐ་མེན་སྟེ་ཐུག། རྩོམ་ཆོག་དཔལ་  
 ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལྷ་ཉིག་གི་ཐེད་བཞེས་བྱ་བའི་རིམ་པ། ཐུག་ན་རྩོམ་ཆོག་དཔལ་གྱི་གསང་བའི་ཡང་  
 བཀོལ་གྱི་རྒྱུ་ཐབས་རྣམས་བཞུགས།

བཅུ་གཅིག་པ་ཆོས་རྒྱུད་རྒྱུད། བཀའ་པོ་ཆོན་པའི་རྒྱུ་ཐབས། དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དུད་སོལ་མའི་  
 རྒྱུ་ཐབས། དུད་སོལ་མའི་གསོལ་བཟུས་བཅས་བཞུགས་སོ།།

དཔལ་མངའ་བདག་རྒྱལ་མར་པ་ལོ་ལྔ་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲོ་ཤོ་སྤྱི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག་  
འདི་ནི། འཕྲི་གུང་ལྷུབས་མགོན་ཆེ་ཆེང་འཕྲིན་ལས་རྒྱུན་ལྷན་པ་མཆོག་ནས་འཕགས་ལུལ་འཕྲི་  
གུང་བཀའ་བརྒྱད་བྱང་ལྷན་གྱི་དུས་ནས་ཕྱི་ལོ་༡༠༠༧ ལོར་པར་རྒྱུན་འགྲུལ་སྤྲེལ་བྱས་པ་གཞི་  
བཟུང་བཞོད་པ་ལགས།

ཞེས་བལ་བོད་ཀྱི་ས་མཚམས། ཤར་སྤྱོད་འདྲ་བ་ཤིངས་ཀྱི་བཅུན་པ་ཆེ་མིང་ཤར་བས།  
འཕགས་ལུལ་གོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་རྩ་ཏ་སྤེའི་ཉེ་འདབས་སུ་གནས་པའི་བརྒྱ་པོ་བཅུག་ལག་སྤོབ་  
གཉེར་ཁང་དུ་ཕྱི་ལོ་༡༠༡༠ ཟླ་༩ ཆོས་༡༥ ཉིན་རྒྱུར་བའོ།

## དཀར་ཆག

༡ རྩོན་བརྗོད།	3
༢ རྩོན་མར་པའི་རྣམ་ཐར་ཡུལ་པའི་རོམ་ཆར་བརྗོད་པ།	1
ག དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་ཐེང་པའི་རང་རྣམ་འབྱུང་པའི་བཞིན་རས་འཆར་བའི་མེ་ལོང་།	229
ང དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་ཐེང་པའི་གསུང་འབྱུང་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དཀར་ཆག	267

**རྒྱ་རྒྱུ་ར་མར་པ་ལོ་རྩ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རོམ་ཆར་པའི་མཛད་བརྣམ་ཐར་འཆད་པ་ལ་ལ།**

༡ རྒྱ་རྒྱེ་བ་བཞེས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་དང་མཇལ་ཚུལ།	2
༢ རྒྱ་གར་དུ་སྤྲོ་མ་མཇལ་ནས་དམ་ཆོས་བོད་ཡུལ་དུ་རྒྱུན་བྱངས་ཚུལ།	6
༣ ཉམས་རྟོགས་བྱགས་ལ་འབྱུངས་ཚུལ།	161
༤ བརྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ལན་ཐོགས་མཛད་ཚུལ།	175
༥ གཟུགས་རྒྱ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་ལོ།	223

**གཉིས་བརྒྱ་གར་དུ་སྤྲོ་མ་མཇལ་ནས་དམ་ཆོས་བོད་ཡུལ་དུ་རྒྱུན་བྱངས་ཚུལ་ལ།**

**རྒྱ་གར་ལ་ལན་གསུམ་བྱོན་པའི། ལན་དང་པོ་ལ་གསུམ།**

༡ རྒྱ་གར་དུ་འབྱོན་པ་བྱགས་ལ་ཤར་ཏེ་ཆས་པས་གྲོགས་དང་མཇལ་ཏེ་རྒྱ་གར་ལ་ བྱོན་ཚུལ།	6
༢ རྒྱ་གར་དུ་ཐེབས་ནས་མཁས་བྱུང་གི་སྤྲོ་མ་རྣམས་དང་མཇལ་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་ ཐོབ་ཚུལ།	8
༣ དབང་གདམས་པ་སོགས་དམ་པའི་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་ནས་སྤར་བོད་དུ་བྱོན་ཚུལ།	30

**རྒྱ་གར་ལ་ལན་གཉིས་པ་འབྱོན་པ་ལ་ཡང་མ་ལྟར་དོན་གསུམ།**

༡ གསེར་ཆོལ་དུ་བྱོན་ཞིང་བྱ་སྤོབ་རྣམས་དང་མཇལ་ཚུལ།	47
---	----



१ རྒྱ་གར་ལ་བྱོན་ནས་གྲུ་མ་རྒྱུས་དང་མངལ་ཏེ་ཆོས་ཞུས་ཚུལ། 54

२ བོད་ལ་བྱོན་ཚུལ། 68

**རྒྱ་གར་ལ་ལན་གསུམ་པ་འབྱོན་པ་ལ་ཡང་མྱ་མ་ལྟར་དོན་གསུམ།**

१ གསེར་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་རྒྱུས་བརྒྱབ་ཏུ་བྱོན་ཚུལ། 75

२ གྲུ་མ་རྒྱ་རོ་པ་བཅའ་ཞིང་ཆོས་གསན་ཚུལ། 81

३ བོད་ལ་བྱོན་ཚུལ། 111

**བཞི་པ་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོགས་མཛད་ཚུལ་ལ་གསུམ།**

१ ལྷས་སྐྱུ་ཡལ་བས་སྒྲོ་བས་དང་ངེས་འབྱུང་གི་སྒོ་ནས་ཀྱན་གྱི་བྱགས་དམ་ལ་.....  
བོགས་ཐོན་ཚུལ།..... 175

२ བཀའ་བརྒྱད་གྱི་བསྟན་པ་ལ་དར་བྱས་འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་གནང་ཚུལ། 200

३ འགོ་ཀྱན་དང་བ་འདེན་བྱིར་བཀོད་པ་སྒྲིའི་རྒྱ་འཕུལ་བསྟན་ཚུལ་ལ། 209



# ༡༡། །རྩོམ་མཁའ་ལོ་རྒྱུ་པར་ཐར་པ་བྱུང་པའི་ ངོ་མཚར་བརྗོད་པ་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །རྩོམ་མཁའ་ལོ་རྒྱུ་པར་ཐར་པ་བྱུང་པའི་ངོ་མཚར་བརྗོད་པ།  
དཔལ་ལྷན་གྱི་མདོ་རྩོམ་ལ་བྱུག་འཛལ་ལོ།།

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་ཡེ་ཤེས་མཚོག།  
སྤྱོད་མཛད་དོ་རྩོམ་ལ་བྱུང་པོ།།  
ཉེ་རྒྱུ་དཔལ་ལོ་རྩོམ་སྤྱོད།།  
སྤྱོད་མཛད་དཔལ་ལྷན་གྱི་མཛད་ལོ།།  
གང་གི་ངོ་མཚར་མཛད་པའི་མཐའ།།  
རྒྱལ་བས་གཞུང་བར་མི་རྒྱས་མོད།།  
འོན་ཀྱང་དད་པས་བྱངས་པ་ཡིས།།  
ཆ་ཤས་ཅམ་ཞིག་འདིར་དགོད་བྱ།།

གང་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དང་རང་བཞིན་ཐ་མི་དད་པས་སྤྱོད་མཛད་ལྷན་གྱི་མཛད་པའི་མཐའ་ལས་མི་ཟད་པ་རྒྱུ་གི་འཁོར་ལོའི་གསང་བ་ཐམས་ཅད་པ་སྐད་ཅིག་རེས་ཀྱང་སྤྱོད་པར་འབྱུང་པ་བྱུང་པ་ཆེན་པོ་འདི་རྩོམ་སྤྱོད་ལྷན་གྱི་མཛད་པ་དག་ཅིག་གི་སྤྱོད་ལྷན་མ་ཡིན་མོད་ཀྱང་དགོས་པ་བྱུང་བའི་ལས། ངོ་མཚར་གི་སྤྱོད་ལྷན་པ་ཀྱན་ལས་བཅུས་པ་ཆ་ཤས་ཅིག་སྤྱོད་པར་བྱའོ།།

དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་དངོས་གྱིས་འདུལ་བ་དག་ལ་ཆགས་བྱལ་གྱིས་འདུལ་བ་ལ་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་ཉིད་དང་། ཆགས་བཅས་ཀྱིས་འདུལ་བའི་ངོར་རྩོུ་འཆང་ཆེན་པོར་བཞུན་  
 ཞིང་གསང་བ་སྤྱོད་པ་སོགས་པའི་དགྱིལ་ལའོར་གྱི་ལའོར་ལོར་བཞུན་ལ། གྲུབ་པའི་  
 རྣམ་པས་འདུལ་བའི་ངོར་རྩོུ་ཉེ་རུ་ཀ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་ཅིང་། སྤར་ཡང་དངོས་  
 གྲུབ་དམ་པ་དེ་མིའི་སྤྱོད་པས་ཀྱང་ཚུལ་འདི་ལྟར་དུ་བསྐྱབས་ན་དགའ་བ་མེད་པར་འགྲུབ་པོ་  
 ཅེས་སྤྱོད་མིང་བ་དང་། མཆོག་གི་གདམས་པ་རྟེན་པར་དགའ་བས་འདི་ལྟར་དུ་ལུས་སྤྲོག་ལ་  
 མ་ལྟོས་པར་ཆོལ་ཞིང་སྤྱོད་པོས་སོ་ཞེས་འདོམས་པའི་ཆེད་དུ། བོད་ཡུལ་འདིར་མར་བ་  
 རྩོུ་བྲག་པའི་མཚན་དུ་སྤྲང་བར་མཛད་ལ། དེའི་ཆོལ་གཏུལ་བྱ་བུན་མོང་བ་རྣམས་ལ་རི་  
 ལྟར་སྤྲང་བར་བདག་ཅག་གིས་འདུ་ཤེས་པ་དེ་ཅམ་ཞིག་འདིར་བཞོན་པར་བྱའོ།

(སྤྱོད་མར་པ་ལོ་རྩོུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་མཚར་པའི་མཛད་པ་རྣམ་ཐར་ལས།) སྤྱོད་པ་  
 བཞེས་ནས་སྤྱིར་གྱི་དམ་པའི་ཆོས་དང་མཇལ་ཚུལ། བྱེ་བྲག་ཏུ་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱོན་ནས་ཆོས་  
 བྱིར་དགའ་བ་སྤྱད་ཅིང་། མཁས་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྣམས་ལས་དམ་ཆོས་ནོད་པ་བོད་ལུལ་དུ་  
 སྤྱན་དངས་ཚུལ། ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པས་ཉམས་རྟོགས་ཐུགས་ལ་འཕྲུངས་ཚུལ།  
 དེའི་སྤྱོད་ནས་བཞུན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོགས་མཛད་ཚུལ། བཞུན་པ་དང་སེམས་  
 ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ནས་གཞུགས་སྤྱོད་དཔྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་དང་ལྟའོ།

དང་པོ་སྤྱོད་པ་བཞེས་ནས་སྤྱིར་གྱི་དམ་པའི་ཆོས་དང་མཇལ་ཚུལ་ནི།)

དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་ལྟམས་པའི་གནས་ནི། བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྷོ་བ་དབུས་གཙང་གི་རུ་བཞི་  
 ལས། གཡོ་རུའི་རྒྱུད་རྩོུ་བྲག་ནང་མའི་རྩོད་གངས་ལུང་སྤྱོད་པར་དཀོན་མཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་བཀྲ་  
 ཤིས་ལིང་ང་ཞེས་བྱ་བའོ། །རྒྱ་ཁྱིམ་དུ་འཕྲུངས་པར་གྲགས་ཀྱང་། སྤོན་རྒྱ་ཁྱིམ་དུ་དགྲ་ཞེས་  
 པ་ལ་སྤྱོད་པར་འདྲེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ།

༡ ས་བཅད་འདི་ལྷ་སྤྱིག་པས་ཕྱག་དཔེ་གཞིགས་པ་པོ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་པ་དེ་བ་དང་ཐུགས་ལ་འཇགས་སྤྱོད་པའི་བྱིར་།  
 འགྲུག་འཕྲུང་རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་མར་པའི་རྣམ་ཐར་མཐོང་བ་དོན་ལྟན་གྱི་ས་བཅད་རྣམས་འདིར་ལྟན་ཅིག་སྤྱོད་པ་ལགས།



པར་འཆད། དེ་བ་རྩོན་པོ་སོགས་མང་ཞིག་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་འབྲི་བའི་རྒྱ་བྱི་(བྱི་ལོ་༡༠༡༩)  
ལ་འབྲུངས་པར་འཆད། ལྷན་རྒྱ་ཚོས་འབྲུང་ན་གིང་བྱི་བ་(བྱི་ལོ་༡༠༩༤) གྱུ་བཞི་བཞུགས་  
པར་འཆད་པ་ལྷིར་ལོ་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་དང་འགལ་མེད་ཏུ་འགྲིག་གྲུབ་པ་ཅིག་གང་ལའང་  
མི་རྣམས་ཡང་། རེ་ཞིག་ལྷགས་བྱི་(བྱི་ལོ་༡༠༠༠) ལ་འབྲུངས་ནས་གྲུ་བྱག་བཞུགས་པའི་  
ལྷགས་དག་པར་སེམ་མོ།

རྩོག་པའི་རྣམ་ཐར་རིམ་བཞི་ལས། བྱི་བ་ལོ་བ་གྲུ་དགུ་བཞུགས་པར་བཤད་པའང་  
འདི་དང་འགྲིག་ཞིང་། གྲུ་བྱག་ལ་གྲུ་དགུ་ཞེས་པ་ཡིག་ནོར་དུ་རྒྱང་ངོ་།

རྒྱ་རྒྱུང་བའི་དུས་དགེ་བའི་ཅེད་མོ་དང་། རྒྱ་བལ་བྱི་ལོ་རྒྱུས་ཉིན་ཅེར་གསུང་བ་ཞིག་  
ལྷུང་། དགུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ནས་སློབ་དཔོན་རྣིང་མ་བ་ཞིག་ལ་གྲོག་བསྐྱབས་པས་བྲི་གྲོག་  
གཉི་ག་ཆོགས་མེད་དུ་མཁྱེན། བར་དུ་ལྷགས་གཏུམ་ཞིང་མི་རྒྱན་པ་ཅིག་ལྷུང་བས་འདུལ་  
བའི་བྲིས། ལུ་ལུལ་གྱི་སྒྲུལ་ན་ལུལ་ཁ་ཅིག་ཡོད་པ་བྲིན་ནས་ལུང་བའི་བདག་པོ་རྩོ་བོ་སྟླེ་བ་  
ཞིག་ལ་བཏད་པས་དེར་ཡང་མ་རྒྱན། འདིས་བྲི་ནང་དུ་ཁ་མཆུ་སྟོར་བ་འདུག་པས་ཆོས་ལ་  
གཏོང་བ་འཐད་ཅེས་གཉེན་རྣམས་ཁ་འཆམ།

ལིང་བ་བར་དུ་ཞིང་མོ་བའི་ཐོང་མཁན་མཛད་པས་སྤྱང་གིས་གཡང་དུ་བརྒྱུར། རྩོ་  
བརྒྱན་པས་རྒྱ་བྲིད་པ་ལ་ཕོག་ནས་གི་བས་བྲགས་སྟོ་སྟེ་ག་རེ་མི་ལུས་སྟོག་འབྱུང་བ་ཅམ་  
འདི་ལ་ཆོས་ཅིག་མ་ལྷུང་ན་ཅེས་ཀྱང་དགོས་པ་མི་འདུག་ཁམས་སུ་ཆོས་ལ་འགྲོ་དགོངས།

ཡང་ཁམས་པ་རྣམས་དཔུས་སུ་འོང་། དཔུས་པ་རྣམས་གཅོང་དུ་འགྲོ་བར་འདུག་པས་  
རྒྱས་པ་ལྷང་བའི་ཤོག་ལུང་དང་། གསེར་སོགས་བརྒྱར་བ་བརྒྱམས་སྟེ་ལོ་བཅོ་ལྔ་པ་ལ་  
གཅོང་དུ་འགོས་འབྲོག་གི་སར་བྱོན། འགོས་ལ་རྩོན་གསལ་གསལ་བས་ཆོགས་མེད་དུ་  
མཁྱེན་ནས་ཡིག་ཆའང་མཛད། འབྲོག་མི་ལ་ཡོ་བྱད་ཀྱན་ལུལ་ཡང་འདི་རྣམས་ཀྱིས་ངའི་  
རྒྱུད་མཆོད་གཅིག་མི་འགྲོ་གསུང་ནས་ཆོས་མ་གནང་། འོན་ཀྱང་རྩོ་གི་རྣམས་ལ་ཡལ་སྐྱད་  
དང་སྤྱོ་མ་ཉིད་ལ་ལོ་གསུམ་དུ་རྒྱུ་མཁས་པར་བསྐྱབས། ལུར་གྱི་དཔེའང་གཡར་མ་གནང་།

བ་དང་། གོར་མེད་ན་སྐལ་བར་ལྡན་རུང་ཚོས་མི་སྟོན་པར་འདུག་དགོངས་ནས། ཟུར་ཟ་  
བརྒྱད་ཀྱི་དབྱངས་ཀྱང་མཛད། རྒྱ་གར་ལ་འབྱོན་པར་དགོངས། འདི་རྣམས་མཁུར་ལས།

ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ལོན་ནས་ཚོས་དང་མཇལ།

དང་པོར་ཡིག་ཚངས་ཀ་ཁ་བསྐྱབས། །ཅེས་དང་།

དཔལ་ལྷ་གྲུ་ལུང་གི་དགོན་པ་རྒྱ།

གསང་རྒྱགས་ཚོས་ཀྱི་སྤྱལ་གེ་ལ།

སེམས་ཡི་དྲགས་བྱེད་ཅིང་ལོ་གསུམ་བཅུད། །ཅེས་དང་།

རྒྱ་རྒྱར་འབྲོག་མི་ལོ་རྩ་ལ།

རྒྱ་ཐང་ལོག་རྒྱད་ཀྱི་ཡིག་ཚངས་བསྐྱབས། །ཅེས་པའི་དོན་ཏོ།

(ཁྱ)གར་ལ་འབྱོན་ཐེངས་དང་པོ།

གཉིས་པ་ཁྱེ་ཡག་ཏུ་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱོད་ནས་ཆོས་ཁྱིམ་དཀར་པ་རྒྱུད་ཅིང་། མཁས་གྲུབ་ཀྱི་  
སླ་མ་རྣམས་ལས་དམ་ཆོས་འོད་པ་བོད་ཚུལ་དུ་སྒྱུར་དངས་ཚུལ་ལ། རྒྱ་གར་ལ་ལན་  
གསུམ་ཕྱོད་པའི་དང་པོ་ལ། རྒྱ་གར་དུ་ཕྱོད་པ་ཐུགས་ལ་ཤར་ཏེ་མཐུན་སྦྱེད་པ་རྒྱུ་པས་  
ནས་ཆོས་པས་ཀྱོགས་དང་མཇལ་ཏེ་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱོད་ཚུལ། རྒྱ་གར་དུ་ཐོབ་ས་ནས་མཁས་  
གྲུབ་ཀྱི་སླ་མ་རྣམས་དང་མཇལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡིང་པོ་དོན་གྱི་དམ་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་ཚུལ།  
ཐོབ་ནས་སྒྲུང་བོད་དུ་ཕྱོད་ཚུལ་དང་གསུམ་གྱི།

དང་པོ་རྒྱ་གར་དུ་འཕྱོན་པ་ཐུགས་ལ་ཤར་ཏེ་མཐུན་སྒྲིབ་བརྒྱབ་སྐྱོལ་ནས་  
ཆས་པས་གྲོགས་དང་མཇལ་ཏེ་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱོན་ཚུལ་ནི།)

དེ་ལྟར་རིགས་རྣམས་ཆོ་འབྲང་བར་མ་ལ་གཟིགས་པ་དང་། རྒྱ་མཆེད་དུ་མ་མངའ་བ་  
དང་། འཛིག་ཏེན་པའི་སྒོར་མི་འཚམ་པའི་རྒྱུད་པ་མཛད་བར་རྟོན་པ་སོགས་ཐབས་མཁས་  
ཀྱི་མཛད་པས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་གོགས་དང་བྲལ་བར་ལྷུང་ཅིང་། འབྲོག་མིས་ཆོས་མ་  
གསུངས་པའི་རྟེན་གྱིས་རྒྱ་གར་དུ་བསྐྱལ་བར་ལྷུང་དོ།།

ལྷ་མོ་ཉེ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁབ་། གྱི་མ།

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་གཏིང་རེ་བྱེད།

མྱ་ངན་འདས་པ་ངང་རེ་ལྟོ།།

དལ་འབྱོར་རྟེན་པ་གིས་ཏུ་དགའ།

སྒྲུབ་ནས་འཆི་བར་ཐག་ཆོད་ཅིང་།

འདུས་བྱས་ནམ་འཛིག་ཆ་མེད་ལ།།



ཆོས་མིན་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད།།

ཆོས་ཕྱིར་སྟག་གིར་གྱི་ཡང་རུང་།།

མི་ཕྱོད་ཀུག་པ་ཡུལ་དུ་འགོ།།

སྟུལ་སྟུའི་བཞུགས་གནས་དེ་རྗེས་གདན།།

མ་རྟ་པོ་རྟི་མཇལ་དུ་འགོ།།

པར་ཆེན་གྲུབ་ཐོབ་ལ་སོགས་པའི།།

སྒྲ་མ་མཆོན་ལྟ་ཆོལ་དུ་འགོ།།

ནོར་ཆོག་བཙོས་སྒྲིད་མ་བྱས་པའི།།

ཟབ་མོའི་གདམས་ངག་ཆོལ་དུ་འགོ།།

ཞེས་གསུངས། གཡུ་ཆེན་མཐོང་བ་ཉམས་དགའམ་སྐར་ཆེན་འོད་འཕྲོ་བསྐྱམས་སྟེ་  
བཙོངས་པས། ཏྲ་ནག་པོ་སེང་གེ་སྒྲུབ་མེད་དང་། སེང་ལྗེང་རང་གྲུག་གི་སྐྱ་དངུལ་སྒྲིགས་  
གྱི་བ་ཅན་ལ་སོགས་པ་བྱུང་བའམ་ཡུལ་ནས་བསྐྱམས་ཀྱང་ཟེར། དེ་ནམས་ཏྲག་སྟེ་མདོག་  
འིས་སྟུ་བཙོངས་པས་གསེར་དུ་བྱུང་བ་བསྐྱམས། ལྷོག་སྒྲི་ལྟོན་ཆེན་དེ་ཏྲག་སྟེ་མིག་མངས་  
སྟུ་སྒྲོབ་མས་ཆོས་འཁོར་ལ་སྟུན་དངས་སྟེ། ཕྱིར་འབྱོན་པ་ལ་ལམ་གྲོགས་མཛད་པས་  
བཀྲར་སྟེ་ཆེར་མཛད་སྟེ་སྒྲིར་ཡུར་ཐེབས་ཆོ། ང་བརྒྱས་པས་ཁྱེད་དང་མཇལ་མི་ཐུབ། རྩ་  
སྐད་འདི་ཀྱན་ལ་ཞབས་ཏྲིག་ཁྱེད་དུ་འཇུག་པས་འདིར་འབྱོན་པར་ཁྱ་ཞེས་རྫོང་དར་མཛད།

ཁ་རག་གི་གཉོས་འབྱུང་པོ་སྒྲར་ཡང་ཀུག་པ་ཕྱིན་པ་ཅིག་དང་ལམ་འཛོམ། ང་ལ་  
གསེར་མང་པོ་ཡོད་ལྟ་ན་ཅིག་དུ་བྱ་ཞེས་ཁ་ཞོ་སྒྲིད་པས་ཁོང་གི་གྲོགས་དན་ཀྱང་མཛད། གྱི་  
རོང་དུ་འཕགས་པ་ལ་ཉི་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཅིང་ཞག་འགའ་བཞུགས། དེར་ཆོས་ཁྱེད་  
འགའ་ལ་གསུངས་པ།

ཆོ་འདི་མདང་གི་མྱི་ལམ་འདྲ།  
 ལུན་སྤུལ་ཆོགས་ཀྱང་ཡུད་ཅམ་ཡིན།  
 ལྟོ་གོས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ལྷིད།  
 གི་ནས་བྱང་རྒྱལ་ཆོལ་བ་མེད།  
 སྤྱིག་པའི་ལས་ལ་སྤྱོག་བཞིན་འཛེམས།

བསོད་ནམས་ཆོགས་ཆེན་འབད་ནས་སོགས།  
 སྤྱབས་ཆེན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ལ།  
 མོ་གསུམ་གྲུས་པས་སྤྱབས་སུ་སོང་།

སངས་རྒྱས་ལྷས་དང་བཅས་པ་ཡིས།  
 བྱང་སེམས་བསྐྱབ་པ་གང་བསྐྱབས་པ།  
 དེ་ཡི་རྩེས་སུ་སྤྱབ་བྱ་ཞིང་།  
 འགོ་ལ་ཅི་ཕན་དགེ་ལ་འབད།

ཅས་སོགས་གསུངས་པས་ཀྱན་དད་ཅིང་མོས།

(གཉིས་པ་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་ནས་མཁས་གྲུབ་གྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་དང་  
 མཇལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་སྡིང་པོ་དོན་གྱི་དམ་ཆོས་ཐོབ་རྒྱལ་ནི།)

དེ་ནས་བལ་པོར་བྱོན། ལོ་གསུམ་དུ་ཆད་པ་ལ་འདྲིས་སུ་བཅུག་ཞིང་། བལ་པོ་སྤྱི་ཐེར་  
 བ་ལ་གདན་བཞི་དང་། ཆོས་སྡོད་དུད་སོལ་མ་གསན། དཀྱིས་དོར་གྱི་དབང་བསྐྱར་ཐོབ།  
 ལུབ་དུ་ལ་ཁྱེ་ཏུར་དབལ་ལེ་གསུང་སྡིང་པོའི་དུང་དུ་འགོ་བལ། ལམ་ན་རྒྱ་དུག་ཅན་ལྷས་ལ་

རེག་ན་གཤམ་ལྟུང་ལ་འགྲོ་བ་འདུག་པ་དེ་བྲག་ས་ན་ཡུལ་ཆུང་ཞིག་འདུག་པའི་མི་ལ་རྒྱ་  
 བ་བྱིན་བས་ཤིང་པོ་ཅིག་བཅུལ། དེ་ལུས་ལ་བྲག་ས་ནས་བརྒྱལ་བས་ལྷུལ་ཤུན་ལྷར་  
 ལྷགས་པ་ཡམ་པ་ཅིག་བཟུང་སོང་། དེར་བརྟེན་ལེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ་ལ་གྱི་ཡ་དང་། ལྷ་པའི་  
 རྩོགས་དང་། ལྷུ་བ་སྒྲོར་མང་དུ་ཞུས། དེར་ཆོགས་འཁོར་ཞིག་མཛད་ཅིང་འདུག་པ་ན།  
 རྒྱལ་འབྱོར་བ་ཅེ་ཅང་ལ་ཞོན་པ་ཅིག་དང་། བྱི་ལ་ལ་ཞོན་པ་ཅིག་དང་། རྒྱ་འབྲུལ་ཅན་བཞི་  
 ལྟར་། ལྷ་ཡིན་བྱིས་པས་ཐམས་ཅད་ན་རོ་པའི་སྒོ་བ་མ་ཡིན། གཉིས་ཀྱིས་ལི་ཆེ་ཆུང་བྱ་བ།  
 ཆེ་བས་ཆར་གཙོད་རྩིས་འཛིན་གྱི་ལྷ་སྤངས་བྱུ་བ། ཆུང་བས་ཐུན་མོང་བརྒྱད་ཐོབ། ཅེ་ཅང་  
 ལ་ཞོན་པ་འདི་ཀླུ་བ་ནག་པོ་བ་ཟེར། བྱོང་ཁྲེང་ནས་ཆོགས་རྩིས་འགྲུགས་ལུས། བྱི་ལ་ལ་  
 ཞོན་པ་འདི་བཞི་བ་ཟེར། ལྷིན་ལྷག་གི་ཐབ་ཁུང་དུ་ཡི་དམ་ཞལ་གཟིགས། བཞི་གསྐྱོད་པ་  
 ལུས་པ་ཡིན་ཟེར་བས་དད་སྟེ་གསེར་ཅུང་ཟད་དེ་ལུལ། གདམས་ངག་དེ་ཞུས།

ན་རོ་བ་ཅས་མཆོན་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། ཁྲུང་པར་བཞེས་པས་རྒྱ་གར་  
 ན་ཡོན་ལ་མ་ལོས་པར་གདམས་ངག་སྟོན་པ་རྩིན་རོ་བ་ལས་མེད། འདི་བླ་མ་སངས་རྒྱས་  
 དངོས་དེའི་སར་སྐྱེལ་བ་ཡིན། ཞེས་དག་ཚུལ་ཤེས་རབ་མེད་གེ་ལ་བྱིན་ཡིག་མཛད་སྟེ་རྒྱ་  
 ལེན་པོ་ཕྱོགས་དེ་ན་བཀྲ་བྱུ་བ་རྒྱ་ཆོ་ལྷ་བྱ་ཡོད་ཀྱང་། རྩིན་རོ་བ་ལ་འགྲན་པའི་ལྷ་མེད་  
 ཟེར། རྩིན་རོ་བ་རུབ་ཕྱོགས་ལ་བྱོན་འདུག། ཁང་ཅིག་རྩིན་རོ་བ་ཉེ་བ་ན་ཐེབས་ཡོད།  
 ལྷར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་འབྱོན་པས་མཇལ་བར་འདོད་པ་འདུག་ན་ཤོག་གསུང་བ་བྱུང་།

དེར་ལྷོངས་མེ་ཏོག་བརྒྱན་པའི་བྱོང་ཁྲེང་། རི་པོ་གསེར་གྱི་དགོན་པར་མཇལ་མ་ཐག་  
 ལྷི་པོར་ལྷག་བཞག་ནས།

བླ་མས་ལུང་བསྟན་བདག་གིས་སུ།

སྟོན་ལྷན་མར་པ་བློ་གྲོས་གིས།

ཁ་བ་ཅན་ལྷོངས་བྱང་ཕྱོགས་ནས།

རྒྱལ་ཆབ་འཛིན་ཕྱིར་སྐྱེབ་པ་ལེགས། ཅིས་གསུངས།

བལ་པོར་དབང་ཐོབ་པ་དེས་ཚོག་གསུང་ནས་དབྱེས་དོར་ཅ་བཤད་ལ་ཚོགས་བཤད་  
དང་། སྒོ་བཤད་མན་ངག་དང་བཅས་པ་བདེ་མཚོག་དང་ལྟན་ཅིག་སྒྲིམ་མ་སྒྲིགས་གནང་  
ཞིང་། གཏུམ་མོ་ཨ་ཐུང་གི་མན་ངག་ལ་གནད་ཏུ་བསྟན།

སྒྱིར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་མཛད། སྒྲར་གྱི་སྒྲ་མ་དབལ་ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོ་ལ་  
གསང་བ་འདུས་པ་ཉོན་ཞེས་ལུང་བསྟན་སྟེ་འདུས་པ་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར། ཅ་  
རྒྱད་སྒྲ་ཕྱི། བཤད་པའི་རྒྱད་རྣམས། གཉིས་མེད་རྣམ་རྒྱལ་སྒྲིགས་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་  
བཤད་པ་རིམ་ལྡེའི་སྒྲར་བྲིད་སྒྲིགས་དབྱིས་ཕྱིན་བར་གསན་ཞིང་། ལམ་རིམ་པ་ལྡེའི་  
མཐར་ཕྱིན། སྒྲ་མ་རྣམ་གཉིས་ལ་སངས་རྒྱས་སུ་ཐག་ཚད་ནས་བཏང་རག་གི་ཚོགས་གྲལ་  
ཏུ་སྒྲ་མ་ལ་དོ་རྩེ་སྒྲའི་མཛུལ་ལུལ་བ།

རྩེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ན་དང་མཉམ་པའི་སྒྲ།

སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།

ཞིང་དག་པ་ན་རོ་བཏ་ཆེན་དང་།

དབལ་ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད།

ང་ལྟོ་བྲག་བོད་ཏུ་ལས་དབང་གིས།

ལ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ལུས་བསྐྱེད་པའི།

མར་བ་སྒོ་གྲོས་དབྱི་བ་འདི།

ཚོས་ལ་བཀོད་པའི་བཀའ་དྲིན་ཅན།

ཡབ་ལུམ་གཉིས་ལ་གྲུས་ཐུག་འཆལ།

དྲིན་ཚོས་ཀྱིས་འཁོར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

རང་བཞིན་སྒྲུ་མེད་ཀྱི་མཛུལ་ལ།

སྒྲར་བ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་མེ་ཉོག་བཀོད།

སྤྲེལ་པའི་སྒྲུབ་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།

བདག་གི་ལུས་ལ་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས།

ན་མཁའ་རྣམ་དག་གི་མཛུལ་ལ།

འགག་མེད་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མེ་རྟོག་བཞོད།

སྤྲེལ་པའི་གསུང་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།

བདག་གིས་ངག་ལ་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས།

རང་སེམས་བདེ་ཆེན་གྱི་མཛུལ་ལ།

རྣམ་རྟོག་འབྲེལ་འཛུལ་གྱི་མེ་རྟོག་བཞོད།

སྤྲེལ་པའི་ཐུགས་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།

བདག་གི་ཡིད་ལ་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས།

རིན་ཆེན་ས་གནའི་མཛུལ་ལ།

རི་རབ་གླིང་བཞའི་མེ་རྟོག་བཞོད།

སྤྲེལ་པའི་སྒྲུབ་གསུང་ཐུགས་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།

བདག་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས།

ཞིང་ཁམས་ས་གནའི་རབ་འབྱུངས་ལ།

འབྱུང་བ་ལྡེ་ལས་སྦྱེས་བ་ཡི།

མཆོད་ཡོན་མེ་རྟོག་བདུག་སྒྲོས་དང་།

སྒྲུང་གསལ་དྲི་ཆབ་ཞལ་ཟས་དང་།

རོལ་མོ་ལ་སོགས་མཆོད་རྗེས་རྣམས།

ལེགས་པར་བྱུང་བ་ཇི་སྟེད་བ།

སྒྲ་མ་རྗེ་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།།  
པར་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས།།

ན་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པ་ཡི།  
གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་རོལ་མོ་དང་།  
བྲེལ་ཡོལ་པ་ལ་སོགས་པ།  
ལྷོ་ཡིས་རྒྱལ་ནས་མཆོད་པར་འབུལ།  
རྟོགས་པ་འཕེལ་བར་བྱིན་ཀྱིས་རྫོབས།

སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ་ལ།  
རྒྱུ་ཆེན་གསང་བ་ལུས་པ་ཉན།  
ཐབས་ཤེས་རྒྱུ་དུ་འཇུག་པར་གོ།  
ཆོས་ཀྱི་ལྡེ་མིག་ཡིན་པར་གོ།  
རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་པར་གོ།

ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་སྤྱིན་པ་ལྷུང་།  
སྤྱིང་གི་ལྷོན་གིང་རྒྱས་ཕྱེད་ཅིང་།  
ཆོག་ཆོག་སྲི་མེད་ལོ་འདཔ་རྒྱས་།  
ཡི་གེ་སྲུ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན་།  
འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱམས་མཐའ་དག་འལུང་།

འཇིག་རྟེན་ལ་མཆོག་སྤྱོད་པས་བདེ།  
འོད་གསལ་ལ་སྒྲུ་ལུས་མི་ལས་ཀྱི།  
གདམས་པ་གཤམ་ཆེན་ལྷགས་ལ་བཏགས།

སྒྲིབ་ཆེ་འོ་རྟ་ན་པ།  
 འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་མཐར་ཐུག་གི།  
 གླ་མེད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར།  
 སྒྲིབ་ཀྱི་གཙུག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་དུ་བཞུགས།  
 སྟིང་གི་དཀྱིལ་དུ་འབྲལ་ཐབས་མེད།  
 སྒྲོ་འཛིགས་མེད་པར་སྒྲུབས་སུ་མཆི།

ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ཅན།  
 མ་དེག་ཐུན་པ་བསལ་ནས་ཀྱང་།  
 ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཟུང་དུ་གསོལ། །ཞེས་ཐུལ།

ཡང་གླ་མས་དུག་མཆོའི་གླིང་ན་སྒྲོབ་དཔོན་ཀྱུ་ཀྱུ་རི་བ་བྱ་བ་མ་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་པོ་ཅིག་  
 བཞུགས་པས་དེར་མ་རྟ་ལ་ལུས་ཤོག །དེ་ལ་སྒྲིབ་པོའི་གླིང་དུ་འབྲུམས་དོགས་པ་དང་།  
 ཅི་དུག་གི་གནོད་པ་དང་འཛིགས་པ་དུ་མ་ཡོད་པས་བྱིན་རླབས་བྱའོ་གསུང་ནས་ཆོགས་  
 ཅིག་བཤམས། བ་རོས་དུར་ཁྲོད་ལ་སྒྲིགས་མཛུབ་བསྟན་པས་རྣལ་འབྱོར་པ་དུར་ཁྲོད་  
 འཛིན་པ་གསུམ་བྱོན། དཔེ་བྱ་མར་བ་འདི་དུག་མཆོའི་གླིང་དུ་གཏོང་བ་ལ་ཁྱེད་གསུམ་  
 གྱིས་བར་ཆད་མེད་པར་གྱིས་ཅིག་གསུངས་པས་ཅི་དུག་དང་། སྒྲིབ་མོ་དང་། སྒྲུལ་དང་།  
 གཅན་གཟན་སོགས་སྟེ་འཛིགས་པ་དེ་སྒྲུང་བར་ཁས་བླངས། འདི་ནས་དུག་མཆོའི་དོ་ལ་  
 གླ་བ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡོད། དང་པོར་བོལ་ལུབ། སུས་མོ། རྩང་བ་རྣམས་རིམ་བར་ལུབ།  
 མཐར་བརྒྱལ་སྟེ་སོང་། ཤིང་རེ་རེ་འདུག་པའི་རྩ་བ། གཉིས་འདུག་པའི་བར་ལ་སོང་། ས་  
 སྒྲུ་ཐ་ལེ་གང་འདུག་དུ་རྩ་རུང་བྱི་རུང་སྟོང་། དུག་མཆོ་ཐོན་ནས་སྒྲིར་རྣལ་འབྱོར་པའི་  
 གཟུགས་ལ་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། ཁྱད་པར་ཀྱུ་ཀྱུ་རི་བ་དེ་སྒྲིབ་འབྲལ་བ་ཅིར་ཡང་བརྟུ་བ་ཡིན་  
 བས་ཐེ་ཆོམ་མ་བྱེད་པར་ཆོས་ལུས་ཅིག་གསུང་།

སྤྱིར་དུག་མཚོའི་རྒྱུ་ལས་ལྷུང་བ། ཅུ་ཤིང་ཐམས་ཅད་དུག་གི་རང་བཞིན་  
ཡིན་པས། རྩོག་ཆགས་གཞན་གྱིས་རྩོག་ཅམ་དུ་ཡང་ཉེ་མི་རྣམས་པར་དེ་ན་དཔལ་ཞི-  
བ་བཟང་པོ་དེ་མཁའ་འགོ་རྣམས་འདུལ་ཞིང་དུག་ཀྱང་ལ་སོགས་པས་འཆོལ་མཛད། མཁའ་  
འགོ་མ་རྣམས་ཁྱི་མོའི་རྣམ་པར་བསྐྱར་བ་ལ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་པ་དེར་  
བྱོན། ལམ་དུ་བྱ་གཉིས་རྒྱུར་ཡོང་འཕྲོ་ལ་ལོག་ནས་སོང་། དུག་མཚོའི་ངོ་ལ་ཐོན་པ་དང་  
ཐོག་སེར་སོགས་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་བྱུང་བ་བྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཞི་སྟེ། བྱ་  
སེང་གའི་མགོ་ཅན་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་སྟོན་པ་ཅིག་སྟོང་པོའི་རྩེར་བབས་པ་ན་མི་མེན་སྟེ།  
མེན་ཞིག་དུ་སྐྱུར། བྲ་མའི་གསུང་བཞིན་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྟོང་པོའི་རྩེར་བབས་  
ནས་བེ་དུ་བེ་དུ། ར་རོ་བ་ཟེར་བའི་པར་རྒྱུང་བེ་ཀྱ་ཅམ་དེ་ཀྱའ་ལ་སྟོན་པ་སྟུ་ཡོད་གསུང་།

ཡང་ཀྱ་རེ་བྱས་པ་ཡིན། རྒྱ་གར་ན་པ་རྩི་ཏ་དང་ཀྱ་སྒྲ་ལི་གཉི་ག་ལ་ཁོང་ལས་ལྷག་པ་  
མེད། མ་རྩ་སྒྲ་ཡ་ཁོང་རང་མཁས་རུང་བཀའ་བབས་གྱིས་ངའི་སར་བཏང་འདུག་ཐིལ་ཕྱིན་  
ཞིག་སྟོན་པ་ཡིན་གསུང་།

ཁྱོད་གསུ་བ་ལ་སྤྱང་མ་མེར་སྤྱུལ་ནས་བཏང་བ་ཡིན་སྟེ། བྱར་མཐོང་འདུག་གསུང་  
ནས་དབང་བསྐྱར། གསང་མཚན་བདེ་བའི་རྩོམ་ཆར་བཏགས། རྒྱུད་འགྲེལ་པ་སྐྱབ་ཐབས་  
རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་པ་སོགས་མ་ཆང་བ་མེད་པ་གནང་། དམན་པ་དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར།  
ཟབ་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། མཐར་ཐུག་ཆོས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུན་  
ནས། བཏང་རག་གི་ཆོགས་གཤམ་དུ་མགྱུར་སྟུལ་བ།

རྩོམ་པས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྲུགས།

འགོ་བ་ཀྱན་གྱི་རྩོམ་ཆར་འཆང་།

རྒྱུད་གཉན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཉེར་བདག་པོ།

དཔལ་ཞིབ་བཟང་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད།



སྐྱེ་མཐོང་བས་ང་རྒྱལ་རི་བོ་སྟེ་ལ།  
གསུང་ཐོས་བས་ཐ་མལ་སེམས་རྒྱད་གྲོ་ལ།  
ཐུགས་དྲན་བས་ཕྱི་ནང་ཐུན་བ་བས་ལ།

དེང་སང་དུས་ཀྱི་སྐལ་ལྷན་བདག།  
བོད་ནས་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་མཆིས།  
བཤུལ་ཐག་རིང་པོའི་མི་ཞིག་ཡིན།  
དམ་ཚེས་བརྗེ་ཏེ་ལ་ལུས།  
བརྒྱད་བ་ཉེ་བའི་དམ་ཚེས་ཐོབ།  
རྗེ་དོན་གྲུབ་ཅན་གྱི་ཞབས་ལ་བརྟགས།

མི་དང་མི་མིན་བར་ཆད་ཞི།  
གསང་སྤྲུགས་ལ་རྒྱད་མ་རྒྱད་ཐོབ།  
གདམས་ངག་ཆེ་བའི་སྟོན་བ་ཡིན།  
དབལ་ཞི་བ་བཟང་པོས་ཐུགས་ལ་བརྟགས།  
སྤྲུལ་བཟང་པོའི་བྱ་གཅིག་ཡིན།

བར་ཆད་མེད་བར་ལྟོ་བལ་བཞུད།  
ལས་འཕྲོ་ཅན་གྱི་བརྟེ་ཡིན།  
བདེ་མཆོག་རྒྱད་རྒྱལ་བདེ་སྤྲུག་ཁུམས།  
རྒྱབ་ཐག་ཉེ་བའི་དམ་ཚེས་ཡིན།  
བཀྲ་ཤིས་ལུང་བསྟན་ཞལ་ནས་ཐོས།  
མི་ལུས་ཐོབ་བའི་དོན་གོ་ཡིན།

ལྷོ་བྱག་པོད་རྩ་ལྟེ་བ་བཅད།  
 དཀར་པོའི་རྒྱ་ལ་ལས་འཕྲོ་སད།  
 གྲུབ་ཐོབ་མཁས་པ་རྣམས་དང་མཇལ།  
 དབང་བསྐྱར་རྒྱད་བཤད་མན་ངག་ཐོབ།  
 ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས།

མཁའ་འགྲོའི་དབང་ལྷག་ཞབས་བྱུང་དུ།  
 རྣལ་འབྱོར་གསུམ་གྱི་དོན་ལ་བསྐྱབས།  
 རྒྱ་མ་ཆེན་མོའི་མ་དང་མཇལ།  
 ཀུན་རྩ་བཟང་པོའི་ལ་ཀན་བསྟེན།

ཆགས་ལམ་ཉིང་འཛིན་ཉམས་སུ་བདར།  
 ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་མེ་རྒྱས།  
 གཏི་ལྷག་གསུམ་གྱི་སྒྲན་པ་བསལ།  
 སྤྱིབ་པ་གསུམ་གྱི་བྱད་ཤིང་བསྐྱེགས།  
 དན་སོང་གསུམ་གྱི་དུར་ས་སྟོངས།  
 བཀའ་དྲིན་ཆེ་འོ་སྤྲ་མ་རྩེ།  
 སྤྱིད་ཏོ་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་བདག།  
 དགའ་འོ་འདིར་བཞུགས་མཆེད་ལུ་ཀུན།

ཞེས་པའི་གྲུ་བོད་སྐད་རྒྱ་བསྐྱར་ནས་སྒྲིག་ཏུ་བསྐྱར་བས་ཀུན་རོམ་ཚར་གྱིས་སྐད།  
 དེའི་ཆེ་རྩེ་མི་ཉི་པ་ལྟོ་དཔལ་གྱི་རི་ནས་ཕེབས། མའའ་བདག་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་སྟེན་  
 གསུམ་ཆེ་བས་རྩེ་མར་པ་མཇལ་འདོད་ཆེར་ཡོད་ཅིང་། ལྷན་པར་རྒྱུ་གཅིག་མཛོན་སུམ་  
 ལྟ་བུར་ཡང་ཡང་སྤང་བས་གསོལ་བ་དྲག་དུ་བྱུང་བས། མི་ལམ་ན་མི་ཉི་པའི་ཕོ་ཉ་ཡིན་

ཟེར་བའི་ལུད་མེད་མཛེས་མ་ཞིག་གིས་བུམ་པ་སྤྱི་པོར་བཞག་པ་བཟིས་སྟེ་ཉམས་ཁུད་པར་  
 ཅན་སྦྱེས། དེའི་ཕྱི་ལུབ་བྲེ་མས་རྫོངས་ཀྱི་ཚོགས་ལའོར་མཛད། ཕྱིན་རྒྱལས་དང་རྒྱ་དཔེ་  
 གནང་སྟེ་ཕྱག་སྤྱི་པོར་བཞག་ནས་ཁྱོད་ན་རོ་པས་སྒྲལ་ལྟ་བུ་གཟིགས་ནས་འདིར་ཡང་  
 བཟངས། མི་ཏི་པའི་སར་ཡང་རྫོང་ཞིང་ཁ་བ་ཅན་འདུལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་ཏུ་མངའ་གསོལ་བ་  
 འདུག་པ་ལྟར་ངས་ཀྱང་གདམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཕྱིན་ནས་བཀྲ་གིས་མངའ་  
 གསོལ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་གསུང་བས། རྗེ་མར་པས་བྲེ་མ་སངས་རྒྱལ་དངོས་སུ་ཐག་ཚོད་པའི་  
 གཏུང་བས་མགུར་ལུལ་བ།

འདི་ན་བཞགས་པའི་རྗེ་བཙུན་རྣམས།  
 སྤྱིང་གོགས་དཔུན་རྣམས་སྟན་གསན་འཇལ།  
 མགོ་ཚོད་མར་པ་ལོ་རྩྱ་ངས།  
 ལས་འབྲེལ་སད་པས་ལྟོ་བལ་ཕྱིན།

དངོས་གྲུབ་ཅན་གྱི་བལ་པོ་དང་།  
 ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་ཞི་བཟང་ལ།  
 གདན་བཞི་གསང་འདུས་བདེ་མཆོག་སྒོར།  
 རྒྱུད་དང་མན་ངག་གཏེར་ཁ་ཐུད།  
 ད་ལྟ་སྤོབ་དཔོན་ཞལ་མངའ་ནས།  
 ལུས་པ་གནང་བའི་དམ་ཚིས་ཚར།  
 ལུང་བསྟན་བཀྲ་གིས་དུས་གཅིག་ཐོབ།

མདང་སང་ཐལ་བའི་ཁར་ལུབ་ཏུ།  
 མརྟལ་ཡིད་གྱིས་བཤམས་ནས་ཀྱང་།

མི་ཏི་པ་ལ་གསོལ་བཏབ་སྟེ།  
 འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་མི་ལམ་དུ།  
 མངའ་བདག་མི་ཏི་པོ་ཉ་མོ།  
 བུད་མེད་ལུས་ལ་བཞིན་རྒྱས་མ།  
 ལག་ན་བུམ་པ་ཐོགས་པ་ཡིས།  
 མི་ཁོ་བོའི་མགོ་ལ་རེག་པ་བརྟེན།  
 ལྷགས་རྩེས་བྱིན་བྱིས་སྟོབ་པ་འདྲ།  
 སྟོན་སྟོན་ལམ་ལས་བྱིས་འབྲེལ་ལམ་བསམ།

དེ་བྱིར་དང་འདྲུན་དག་པོ་ཡིས།  
 པ་གན་དེའི་སྒྱུན་སྒྲར་མཆི།  
 འདི་ན་བཞུགས་པའི་རྩེ་བཙུན་ལ།  
 མོས་གྲས་ལྷེ་མས་རྒྱང་མེད་པར་བྱང་།  
 སྒྲུབས་སུ་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པར་མཆི།  
 ངན་སོང་མེད་པར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས།

ཆོ་འདི་དང་བྱི་མར་འགྲོགས་པ་ཡི།  
 རྩོམ་པའི་སྒྱུ་བྱིན་གྲོགས་པོ་ཀུན།  
 འཁོར་བའི་སྒྱུ་བྱིད་རྒྱབ་ཏུ་སྒྲར།  
 དམ་པའི་གདམས་ངག་ཉམས་སུ་ལོང་།  
 དམ་ཆོག་རྩོག་མེད་པར་སྒྲུངས།  
 ཉག་ཏུ་བྲམ་མ་བྱི་བོར་སྟོམས།

དགེ་བ་བརྩུ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་མཛོད།

མི་དགེ་བརྩུ་པོ་དུག་བཞིན་སྒོངས།

སྒྲུབ་པ་བྱུན་ཆད་མེད་པར་མཛོད།

ཅེས་ལུལ། རྒྱུ་ལམ་རྒྱུ་སེམས་ལས་སྤྱུ་རུང་བའི་རྣམ་པས་སྤུ་ལ་ཏ་རིར་ཞག་གསུམ་  
ལ་ཐེབས། རྩེ་ན་རོ་བ་དགེ་རྒྱུ་ཤེས་རབ་སེང་གོ་གཅིག་སྤུ་ལ་ཆོས་ཅིག་གསུང་གི་འདུག་  
པ་གྲོལ་ནས་རྒྱུ་དུ་ཕྱིན་པས་ཆོས་ཐོབ་བམ་གསུང་།

དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོ་ལ་གདམས་པ་ཐོབ་ཞུས་པས་མི་མིན་སྒྲེ་མིན་ཞིག་ལ་ཞི་བ་  
བཟང་པོ་ཐེར་ནས། ཆོས་བྱ་བ་མིའི་སྒྲུ་མ་ལ་ཐོབ་དགོས་མོད་གསུང་།

ཨ་ཀྱང་ཁོང་ལ་ཁ་ཞིང་གྲེ་མོ་གསུང་གི་འདུག་པའི་ལན་དུ་ཀྱེ་བྱས་པ་ཡིན། དཔལ་  
ཁོང་ལ་མ་རྩུ་ལ་ཞུས། ཁོང་གིས་ཀྱང་དགྲེས་པ་དོ་རྩེ་གསན་པ་ཡིན། སྒྲུབ་ཐོབ་ལ་ཁོང་  
ལས་ལྟག་པ་མེད་གསུང་།

མ་རྩུ་ལ་ཆར་གཅིག་གནང་བྱུང་བ་ཆོག་གཅིག་གི་ལྟག་ཆད་ཀྱང་མེད་པ་ལ་སྤྱ་མའི་  
གསུང་ནམས་དོད་ཅིང་སྒྲོས་ཐོན་པ་ཅིག་བྱུང་བས། འོ་ན་ཁ་སིང་ནས་ཉིད་ཀྱིས་གནང་ཆོག་  
པ་ལ་ཞུས་པས། ཁོང་འདིའི་བདག་པོ་ཡིན་པས་བཀའ་བབས་པ་དང་། ཆོས་རྒྱུད་ལ་སྒྲེ་བ་  
ལ་དཀའ་བ་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན་གསུང་།

ལལ་ཆར་ཞིག་འདུས་པ་སོགས་གསན་པའི་རྒྱུན་གཏོས་དང་ཆོས་གཏམ་མཛོད་པ་ཡིན་  
པར་འཆད་ཀྱང་། ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ཀྱུན་སྒྲོང་ཡིན་པས་གཞན་གྱི་རྒྱ་རྩུ་གཞོན་པའི་ཆེད་ཁོ་  
ནར་རྒྱུད་ཉན་པ་ལ་འདི་ལྟ་སྤྱི་ཕྱིན་ལས་ག་ལ་འབྱུང་། བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་རབ་ཏུ་  
འབྱུང་བ་རྒྱ་ནད་ཤི་བ་གཟིགས་པ་ལྟར་སད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་ཙམ་ཡིན་ན་ལྟ་ཞོག། གཞན་དུ་ན་  
རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་བཤད་བྱུང་བར་བ་ནམས་ཆོས་གཏམ་གྱི་སར་གསང་བ་སྒྲོག་པའང་མི་  
མིན་ཏོ།

གཏོས་ཀྱིས་སྤྱི་ལྟའི་སྒྲོ་བ་དཔོན་འདི་པ་ལ། སྤྱ་མ་ཐར་བའི་ལམ་རྒྱུན་ཡིན། །ཞེས་

མཆན་གསངས་པར་སྒྲུ་ལ། ཐུགས་རྒྱད་ལས་ནི་དེ་ན་རོ་པའི་མཆན་དུ་བཤད་དོ། །ལོ་རྒྱས་  
བསྐྱེས་པ་ཡིད་ཆེས་པ་ཅིག་ན་གཉིས་དང་གྲོངས་པས་གཤིན་རྟེན་གཤེད་ལ་བག་གྲག་པར་  
འདུག །མན་དག་གི་རྒྱས་ཅི་ཡང་མི་འདུག་ཞེས་པ་སྣང་།

དེ་ནས་སྒྲུ་མའི་བཀའས་གནང་སྟེ་མངའ་བདག་མི་ཉི་པའི་དྲུང་དུ་ཆས། །ཁར་ས་བླ་ཆ་  
རང་བྱུང་གི་ལྷ་ཁང་ག་ཟེགས། འོ་མ་ཅན་གྱི་རྩ་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བ་འབྱུངས།

དེ་ཡང་རི་མེ་ལྷར་འབར་བ་ཞེས་པ་ན་རྟེན་མི་ཉི་པ་བཞུགས་སྟེ་མཐའ་ཐམས་ཅད་དུར་  
ཁྲོད་གཉན་པོས་གང་བས་རོ་སྟག་པའི་དྲུང་པ་རྒྱུན་མི་འཛད་པ། རི་དེ་ལ་མི་མ་ཡིན་དཔག་  
མེད་གནས་པའི་ཁ་རྒྱངས་སུ་གྲགས་པའི་དྲུང་པ་ལྷ་བྱ་རྟག་དུ་འབྱུང་བ། དེ་ལས་ལ་པོག་ན་  
ནད་ཡམས་འབྱུང་བ། མཆན་མོ་རི་དེ་མེ་ལྷར་སྣང་བས་རི་པོ་མེ་འབར་དུ་གྲགས་པ་ན་  
བཞུགས་སྟེ། རྩས་པ་དང་མི་ལྷན་པས་འགོ་མི་རྩས་པས་མ་འགོ་ཟེར་བ་གཉིས་བྱུང་ཡང་  
ཐོ་ཆོམ་མེད་པར་བྱོན། རྟེན་མི་ཉི་པ་བྱ་གྲོ་རྩའི་སྒོང་པོ་ལ་སྒྲུ་རྒྱབ་བརྟེན་སྟེ་བཞུགས་པ་དང་  
མཇུག། རང་དབང་མེད་པའི་གྲུས་པ་སྟེེས། བརྒྱུད་ལན་དུ་མ་བཅའ་སྟེ། ལུགས་  
འབྱུང་དུ་མགུར་ལུལ་བ།

ཁྲོད་འགོ་བའི་དོན་དུ་རྩམ་གླིང་འདིར།

རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་སྟེ་བ་བཞེས།

ཕྱི་ནང་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་ཆོགས་མཁུཅིང།

མི་ཉི་པ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།

རྟེན་འགྲུབ་སྟོན་མས་ལུང་བརྟན་ནས།

བར་ཆད་མེད་པར་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

རི་ཁྲོད་དབང་ཐུག་ཞབས་རྒྱལ་རེག།

ཨ་ཁ་རྩུ་ཉི་ཁྲོད་ལ་བརྟོན།

སྐྱེ་ནི་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་རི།  
 ཡེ་གེས་སྒྲོན་སོགས་རྣམ་དག་པ།  
 ཉོན་མོངས་ནད་རྣམས་འཛོམས་མཛད་པའི།  
 ཆོས་གྱི་ཉི་མ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད།

ཐུགས་ནི་སྟོང་ཉིད་དོ་རྩེ་ཡིས།  
 བདག་ལྟའི་རི་བོ་ཆེན་པོ་འཛོམས།  
 ཆོས་རྣམས་མཉམ་པ་ཉིད་གཟིགས་པའི།  
 མཉམ་མེད་སྒྲ་མ་རྩེ་ལ་བསྟོད།

སྤྱུ་ལ་སྤྱུ་རྩེ་གླིང་ཀུན་གྱི་རྒྱུ།  
 དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད།  
 ཐུགས་རྩེའི་གཏེར་ལྡན་འགྲོ་བའི་མགོན།  
 གཙུག་གི་རྒྱུ་རྒྱུར་ཁྱོད་ལ་བསྟོད།

མི་དང་མི་མིན་འབྱུང་བའི་ཆོགས།  
 གང་ཞིག་དྲིགས་ཅན་མ་ལུས་པ།  
 བརྟུལ་ཞུགས་རྒྱས་པས་བཀའ་ཉན་བྱེད།  
 རྩེ་རྩེ་འཛིན་པ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད།

བདེ་གཤེགས་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྩེ་ཅན།  
 བདག་པ་ཡུལ་བོར་ནས་དམ་ཆོས་བྱས།  
 དཔལ་ལྡན་ན་རོ་ལ་སོགས་པའི།  
 སྒྲ་མ་ཀུན་ལ་གདམས་ངག་ཞུས།

ཡུང་ཐེའི་སློབ་གཉེར་འགའ་པོ་ཚར།

ལྟོ་དྲག་མཆོ་ཁོལ་མའི་དོ་རི་ལ།།

དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོའི་ཞབས་དྲུང་དུ།

དམ་པ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐུགས་རྗེས་བཟུང་།

སྒྲིག་འཇགས་པ་མེད་པར་བྱུང་དུ་འོངས།།

རི་བོ་མེ་འབར་གྱི་དགོན་པ་ན།

ཤིང་ལྷ་མོ་ཡི་བསེལ་གྱི་བ་ལ།

མངའ་བདག་རྒྱལ་ལྷན་མི་ཉི་ལ།

ལ་སངས་རྒྱལ་ཁྱེད་དང་ད་ལྟ་མཇལ།

ཉི་མ་གར་འདྲེ་དད་པ་སྒྲེས།

ཤི་ཡང་ཕོད་པའི་དད་པ་གཡོས།།

ཁ་གཏིང་མེད་པར་གསོལ་བ་བཏབ།

ཕུན་ཆད་མེད་པར་བྱེད་གྱིས་སྒྲོལ་པ།

གྲུ་ཟེ་ཆེན་པོའི་སྤྱལ་འཛིན་ཞིང་།

ལྷ་ལ་པ་འི་བྱོད་དབང་ལྷག་ལས།

ལེགས་པར་འོངས་པ་དམ་པའི་ཚེ།

ཐེག་པའི་ཡང་ཅེ་སྒྲིང་པོའི་དོན།

མཐའ་བྲལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ།

ན་མཁའ་ལྟ་བུ་གནང་བར་བྱ།

ཞེས་གསོལ་བ་བྱབ་པས་གིན་རྒྱུ་མཉེས་ཏེ་རྗེས་སུ་བཟུང་། དབང་བསྐྱར་བའི་



གསང་མཚན་ཐུགས་ཀྱི་རྡོ་རྗེར་བཏགས། རྒྱད་བརྟེན་པ་སྤྱར་བྱངས་འགྲེལ་བཅས། རོ་  
 ཉའི་བཤད་པ་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་མན་རག་རྣམས་གནང་སྟེ་ཉམས་སུ་བྱངས་པས་ཅིག་ཆར་  
 བའི་རྟོགས་པ་ན་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཤར་སྟེ་བཏང་རག་གི་ཚོགས་མཆོད་ཀྱི་ཆོ་རྟོགས་པ་  
 ཐུལ་བ།

སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་གཞལ་ཡས་ན།  
 དྲི་མེད་བདུ་ཉི་ཟླ་ལ།  
 བླ་མ་མངའ་བདག་བྱམས་མགོན་བཞུགས།  
 བདག་གི་སེམས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་།  
 ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་རི་སྟེང་བ།  
 དབྱེར་མེད་དཔལ་ལྡན་རྩྱ་ཉི་བ།  
 སྟིང་གི་བདུར་བཞུགས་ནས་ཀྱང་།  
 དག་གི་བདེན་པ་རྒྱུ་བྱ་གསོལ།

ཀླག་ཁིང་ཁམས་རྣམ་དག་དུ།  
 བཅ་ཆེན་ན་རོ་ལ་སོགས་པའི།  
 བྱལ་ཐོབ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་རུལ་དེ།  
 མི་བདག་གི་སྤྱི་བོའི་གཙུག་དུ་བྱངས།  
 རྒྱད་ཐེའི་ཚོག་རྣམས་མང་པོ་ཉན།

བདག་དེས་ཀྱང་ཚོག་གེས་མ་བྱུང་བས།  
 མངའ་བདག་རྗེ་བཙུན་བྱུང་དུ་འོངས།

ཕྱིན་བསྐྱབས་དམ་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་ལྷས།  
 ལྷ་དཔར་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷས།  
 ཚོས་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་འདོགས་བཅད།  
 མི་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྲོ་བ་གཉེར་བྱས།  
 རྩོམ་ར་ཏ་ཡི་བཀའ་སློལ་གྱིས།  
 ཕྱིན་བསྐྱབས་དང་རྟོགས་པ་དུས་གཅིག་བྱུང་།

རྩོམ་རྟོགས་འབྱུང་གི་དབྱངས་གཅིག་ལེན།  
 ཕྱིན་གྱི་བམཐལ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱན།  
 རྟོགས་ཅིང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོར་འདུས།  
 སྒྲ་བ་བདེན་མེད་མཐའ་ཡས་ཀྱན།  
 ཟུང་འཇུག་མཉམ་ཉིད་རོལ་བར་ཤར།

རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་ཚོས་ཉིད་འདི།  
 རང་གསལ་རིག་པ་འགག་པ་མེད།  
 ཟུང་འཇུག་རིག་པ་གཞུག་མའི་ངང་།  
 ཡེ་ཤེས་ལྷན་གྱི་པ་ལྟ་བུ་ལགས།

སྒྲིད་ལམ་བཞི་ཡི་མཉམ་རྩོམ་སྟུ།  
 དུས་གསུམ་འབྱུང་མེད་ཚུ་པོའི་རྒྱན།  
 རྣལ་འབྱོར་མཛོད་གསལ་འགྲིབ་ཏུ་མེད།  
 ཡེངས་སྟུ་མེད་པ་སྒྲོམ་པ་ལགས།

དུས་གསུམ་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་ཚོས།

སྒྲོ་ཚོགས་དེས་མེད་རྒྱན་གཅིག་དུ།  
 མ་འགགས་འབད་མེད་ངོ་བོར་མཉམ།  
 སྤྱལ་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་ལགས།  
 རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་སྤྱད་ཅིག་མ།  
 གཅིག་ཆར་བ་ལ་སྤི་བསྒྲན་མེད།  
 རང་གྲོལ་གཉུག་མ་བདེ་བ་ཆེ།  
 དེ་དོགས་བྲལ་བ་འབྲས་བུ་ལགས།

ཚིག་ཚོགས་མ་ཉན་གྱ་ཉན་ཀྱང་།  
 གཞི་སེམས་ཉིད་ཚོས་སྐྱར་ད་གཞོད་གོ།  
 མི་ཁོ་བོའི་ཐེ་ཚོམ་ད་གཞོད་ཞིག།  
 འབྲུལ་བའི་གཞི་རྩ་ད་གཞོད་ཞིག།

ཐ་སྙད་ལ་སངས་རྒྱས་མི་རེ་བས།  
 རྗེ་མངའ་བདག་ཆེན་པོའི་ཞབས་བྱར་དུ།  
 དོན་ཉམས་སུ་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་དང་།  
 བརྒྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས།  
 གོ་བ་ཉམས་སྤྱོད་རྟོགས་པ་འདི།  
 སྤུལ་བས་སྤྲ་མ་རྗེ་བཙུན་དང་།  
 མཆེད་གྲོགས་འདིར་བཞུགས་དགུས་པར་མཛོད།

ཅིས་སྤུལ་བས།      མངའ་བདག་གིས་ཀྱང་བྱག་སྤྱི་བོར་བཞག་ནས་ཞལ་གདམས་  
 གསུངས་པ།

བྱ་དད་པའི་རྩ་བ་མི་བརྟན་ན།

གཉིས་མེད་ཀྱི་རྩ་བ་བརྟན་མི་འགྱུར།  
 རྩོགས་མེད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་མ་སྦྱེས་ན།  
 གཞུགས་སྦྱེན་མ་གཉིས་ཐོབ་མི་སྲིད།  
 ཤེས་རབ་རྣམ་གསུམ་མ་སྦྱངས་ན།  
 རྩོགས་པ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་མི་འགྱུར།

སྤྲུལ་རྩེ་བརྟན་མ་བསྟེན་ན།  
 དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཐོབ་མི་སྲིད།  
 སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་མ་ཆོད་ན།  
 ཤེས་པ་གང་དགར་བཏང་མི་བྱ།

སྤྲུང་བ་རྒྱ་ཡིས་མ་ཐེབས་ན།  
 བདེ་བ་ཆེན་པོར་དབེན་མི་གནས།  
 ཞེན་ཆགས་ཤེས་པ་སྦྱེས་གྱུར་ན།  
 སྤྲུང་ཆེན་རབ་དགའི་སྦྱོང་བ་བྱ།

སྒྲུབས་སུ་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་གྱུར་ན།  
 སེམས་ལ་ལྟོས་ལ་མ་ཡེངས་སྒྲོམས།  
 རྩོན་གྱིས་སེམས་ལ་གཞོད་གྱུར་ན།  
 དབང་བཞིའི་ཉམས་ལེན་རྒྱུ་དུ་གྱིས།

ཉོན་མོངས་རང་རྒྱུད་ཤོར་གྱུར་ན།  
 སྤྲུལ་པའི་གདམས་པ་དྲན་པར་གྱིས།  
 རྩོག་ཅིག་གསོལ་བ་མ་བཏང་ན།

དམ་པའི་ཐུགས་དགོངས་ག་ལ་ལོངས།

ལྷ་སྒྲིབ་ཐོགས་ཟུང་འཇུག་མ་སྒྲོམས་ན།

ལམ་ལ་འདས་དབྱེར་མེད་ག་ལ་རྟོགས།

བརྩྭ་གཉིས་དོ་རྗེའི་མགུར་ལྷན་པ།

བྱན་པ་དང་བཅས་བརྩྭ་གསུམ་འདི།

རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སྒྲུབ་པ་ན།

བརྩྭ་གསུམ་ས་ལ་གནས་པར་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས། སྒྲུང་རྗེ་ན་རོ་པའི་བྱང་དུ་བྱོན། དུག་མཆོའི་ཡར་ཁ་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་གི་  
མ་རྣལ་འབྱོར་མ་མདོག་དམར་བ། སྒྲ་མེར་བ། སྒྲུན་ཅ་དམར་ཆེལ་བ་ཞིག་དུ་སྒྲུལ་ནས་  
ཡོད་ཀྱིས། དེ་ལ་གདན་བཞི་ཞུས་ཤོག། ཞེས་དང་། སྒྲས་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་། ཀུ་སྒྲ་ལི་  
མང་དུ་ལུང་བསྟན། དུན་རྒྱབ་ས་ཀྱིས་དུག་མཆོ་སྒྲ་ད་ཅིག་གིས་བཞོད་སྟེ། རྒྱ་གི་མ་རྣམ་ཤིང་  
གི་སྟེ་མ་ཅན་ལ་གདན་བཞི་ཞུས། གསང་མཆོན་བདེ་བའི་དོ་རྗེར་བཏགས།

གཞན་ཡང་དབང་རྒྱུད་མན་ངག་གིས་ཐུགས་ཆེམ་པར་གྱུར་ཞིང་། ཀླག་པ་དུ་ལོ་བརྩྭ་  
གཉིས་བཞུགས་ནས་རེ་ཞིག་གསེར་ཆོལ་བར་བོད་དུ་འབྱོན་པར་དགོངས། སྒྲ་མ་དང་  
མཆོད་ལྷུ་མ་ལ་བཏང་རྒྱ་དུ་ཆོགས་མཆོད་བཟང་པོ་ཅིག་བཤམས་པའི་ཆོ། དོན་ཐམས་  
ཅད་བསམས་པ་ལས་ལྷག་པར་གྱུ་བ་ནས་བོད་དུ་ལོག་འགྲོ་བ་ཡིན་པས། དེ་རིང་ལས་  
དགའ་བ་མི་ཡོད་དགོངས་ནས། མགུར་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མ་དབྱངས་རིང་འདི་ཏུ་རའི་  
ཁོང་འགྱུར་ཀྱི་སྒྲ་དུ་ལ་རྟོགས་ནས་ཐུལ་བ།

རྗེ་མཆོན་ལྷན་གྱི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

ཁྱེད་ཐོན་སྒྲུངས་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་བྱིར།

སྤྱལ་སྤྱུ་ཉི་ལོ་དངོས་དང་མཇལ།

སྤང་དཀའ་སྤྱང་པའི་སྤྱག་བསྤལ་ལ།

ཁྱད་དུ་གསོད་པ་བཅུ་གཉིས་མཛད།

དཀའ་བ་སྤྱང་པའི་སྤྱགས་དམ་དེས།

སྤྱད་ཅིག་ཉིད་ལ་བདེན་པ་གཟིགས།

ཕྱི་རྩོམ་སྤྱི་ལོ་ཞབས་ལ་འདུད།

སྤྱུ་བསྤྱར་པོད་ཀྱི་བན་རྒྱུང་ང་།

སྤྱངས་པ་སྤྱུ་མའི་ལས་འབྲེལ་གྱིས།

ན་རོ་བཏ་ཆེན་ཁྱེད་དང་མཇལ།

རྒྱུད་ཟབ་མོར་གྲགས་པའི་དབྱེས་རྟོག་བསྤྱབས།

སྤྱིང་པོ་མ་རྩ་ལྟ་གནང་།

ཡང་སྤྱིང་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོ་ཞུས།

ལར་རྒྱུད་ཐེ་བཞི་ཡི་ཁོང་སྤྱིང་སྤྱང་།

མ་སྤྱལ་བ་བཟང་མོས་རྟེན་གནང་བའི།

ཕྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱན་མ་ཆད་པའི།

དབང་བཞིའི་དོན་ལ་རོ་སྤྱོད་མཛད།

ཟག་པ་མེད་པའི་ཉིང་འཛིན་སྤྱེས།

ཞག་བདུན་བར་དུ་བརྟན་པ་ཐོབ།

སྤྱོག་རྩལ་འཕོ་བ་ཉི་ཁྱེད་གཉིས།

གཡོ་མེད་ན་མཁའི་བྱིམ་དུ་རྒྱུད།

རང་བྱུང་ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་ཉམས།  
 བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཁོང་ནས་ཤར།  
 བག་ཆགས་གཉིད་ཀྱི་འབྲུལ་བ་དེ།  
 འོད་གསལ་ལམ་གྱི་ངོ་བོར་རྟོགས།  
 ཡིད་ཀྱི་གཡོ་བ་གཟུང་འཛིན་གཉིས།  
 སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་རུ་ཐིམ།

ཕྱི་སྒྲུང་བ་སྐྱུ་མའི་འབྲུལ་འཁོར་འདི།  
 སྐྱེ་མེད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོར་རྟོགས།  
 བར་འཛིན་པ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འདི།  
 སྒྲོན་ཆད་མཛའ་བོ་ཡུང་བ་བཞིན།  
 སེམས་ཉིད་རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས།

ལྷགས་པས་མྱི་ལམ་བམྱིས་བ་བཞིན།  
 སྐྱ་རུ་མེད་པའི་ཉམས་ཅིག་ཤར།  
 གཞོན་རྒྱས་བདེ་བ་མྱོང་བ་བཞིན།  
 བརྗོད་རྒྱ་མེད་པའི་དོན་ཞིག་རྟོགས།

སྐྱེ་བྱེད་ཆེ་ལོན་རོ་བ།  
 རྒྱར་ཡང་དབང་བསྐྱར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས།  
 ད་དུང་བཀའ་བྱིན་སྐྱབ་རྒྱ་གསོལ། །ཞེས་སུལ།

རྗོན་རོ་བས་ཀྱང་སྐྱེ་བོར་ཕྱག་བཞག་སྟེ་གསུངས་པ།  
 བོད་སྐུལ་གྱི་མར་བ་ལོ་རྩ་ཁྱོད།

ཆོས་བརྒྱད་ཆེ་འདི་འདི་ན་མ་སྒྲུབ།  
གཟུང་འཛིན་ང་ཁྱོད་རིས་མ་གཙོད།  
ཉེ་དྲུག་ལ་སྐྱར་མ་འདེབས།  
གཞན་གྱི་ཆོས་ལ་སྒྲོ་མ་འདོགས།  
ཐོས་པ་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་ཡིན།  
ཐར་པའི་ལམ་མཆོག་འཕྲང་མ་གཙོད།

སྒར་ཡང་བྲུ་རྗེ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས།  
ཐུས་ཀྱང་ཁུར་ཞིང་སྒྲོས་མ་སྒྲང་།  
རང་སེམས་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་འདི།  
དྲེད་པོར་རྩལ་མ་སྐྱར་བར།  
བག་ཐོན་ཡོངས་མེད་སྒྲུངས་མཛོད་དང་།  
དགོས་འདོད་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ། །ཅིས་གསུངས།

## (གསུམ་པ་དབང་གདམས་པ་སོགས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ རྣམས་ཐོབ་ནས་སྒྲར་བོད་དུ་བྱོན་ཚུལ་ནི།)

རྩེ་ལམ་ཡང་གཉིས་དང་གདོངས་བྱོན། ཁོ་ལ་གྲོགས་འགའ་རྒྱང་འདུག་པ་ལ་ཆས་  
རྣམས་བསྐྱར་འདུག །མར་པས་ཁྱིས་པོ་སྐྱེ་བྱུང་ཏུ་བསྐྱམས་བྱོན་པས་ལོ་ཙཱ་བ་ཆེན་པོ་ཁྱིས་  
པོ་འཁུར་བ་མི་འོང་། འདི་ལ་སྐྱར་ཟེར་ནས་ཨ་ཙ་ར་ཞིག་ལ་བསྐྱར། གཞུ་བཞུལ་ཆེ་དཔེ་  
རྩལ་གོར་བ་ལྟར་བྱས་ནས་རྩལ་བསྐྱར། བྱ་ཐོན་འཕྲལ་ཨ་ཙ་ར་བཟུང་ནས་རྩལ་པོ་ལ་ཁྱེ་



བྱས་པས། གཉོས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཚུལ་བཤད་བུང་བས། གཉོས་ལ་ཁྲེལ་འདེབས་ཀྱི་  
མགྲར་གསུངས་པ།

གསན་དང་ལས་ཀྱིས་ཐེབས་པའི་གྲོགས།  
མཐུན་ནས་མཉམ་དུ་འགྲོགས་པའི་མི།  
སྤྱིར་གྱིས་ཆོས་སྒོར་ཞུགས་པ་དང་།  
ཁྱད་པར་ལོ་བཅ་སྒྲ་མར་གྲགས།

བསམ་སོགས་གཅིག་དུ་གྱར་ཞུགས་ལ།  
ཕན་འདོགས་ཞུས་པ་མ་ཐོན་རུང་།  
སྤྱིར་གྱིས་གཞོད་བྱེད་མི་རིགས་ཅིང་།  
ཁྱད་པར་སངས་རྒྱས་བསྐྱན་པ་དང་།  
བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།  
གཞོད་པ་འདི་འདྲ་ག་ལ་རིགས།

ཉོན་མོངས་དུག་ལྡའི་བསམ་སྦྱོར་གྱིས།  
མི་བདག་གི་དཔེ་དང་ལྟན་ཅིག་དུ།  
མི་ཁྱོད་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་སྟོན་གྲགས་དང་།  
གསེར་དང་དམ་ཆོས་ཚུལ་ལོ།

ང་རང་མཐོང་ཆེ་བ་མ་ཡིན་སྟེ།  
གཞན་ལ་དཀོན་པའི་ཁྱད་ཆོས་འགའ།  
གཞན་ཕན་མེད་པས་སྒོ་མ་བདེ།  
འོན་ཀྱང་ནན་ཏན་ཞུས་དག་བཞིས།

ཆོས་དང་རང་གི་སེམས་རྒྱན་འདྲེས།

ཆོག་དོན་མ་རྩེད་མཁའ་ལེ་བདོག།

སྒྲུང་ཡང་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་ཡོངས།

པཎ་ཆེན་ན་རོ་ལ་སོགས་པའི།

གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་ལ་ཁུས་པས་ཆོག།

མི་ཁྱེད་རང་དེང་ནས་བླ་མ་དང་།

ཆོས་བཤད་ལོ་རྩེ་ཁྱེད་ཐོར་ལ།

གཞོང་འགྱུར་དང་བཅས་ཡུལ་ལ་བྱོན།

ཕྱིག་ལ་མཐོལ་བཤགས་དྲག་པོ་གྱིས།

བསམ་སྦྱོར་འདི་འདྲ་བྱེད་བཞིན་དུ།

བླ་མའི་སྒྲོམ་སེམས་བྱས་ལགས་ཀྱང་།

རྒྱན་པོ་འགའ་ཡི་མགོ་སྒྲོར་ལས།

རྒྱལ་ལྡན་སྤྱིན་གྲོལ་ག་ལ་འབྱུང་།

མི་ལུས་རིན་ཆེན་རྟེན་དཀའ་འདིས།

ངན་སོང་གསུམ་པོ་མི་རྒྱུབ་འཆལ།

ཞེས་གསུངས་པས་ཁ་སྐྱོངས་ཏེ། ད་ངས་མ་ཕྱི་གཡར་གཏོང་ཟེར་སྐད། དེ་ནས་རྩོམ་པས་གཏོས་དང་ལྷན་ཅིག་མ་མཛད་པས་འབྲེས་ཁར། ད་དེ་སྐད་སྒྲུང་ལ་ཡང་མ་ཟེར་བར་ངའི་སའ་ཕྱི་མོ་གཡར་དུ་ཤོག་ཟེར་ནས་ཆད་བྱས། གཏོས་ལ་བརྗོད་གཏིས་དང་། མ་བྱ་དང་། མེ་ཚོ་ཡོད་ཅིང་གསུམ་སྒྲུབ་སྟེ་ལོ་རྩེ་གསལ་བའང་ཅུང་ཟད་བྱུང་།

བལ་པོར་བླ་མ་དང་ཉ་མུ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་གོགས་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུ་ལེན་

ཀྱི་ཚོགས་གྲལ་དུ། ད་རེས་གཉེས་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་སོགས་མ་སྐྱལ་བར་དབྱངས་  
གསུངས་པ་ཐོས་པས་ངོ་མཚར་ཆེ། དེ་ལྟ་བུ་ཐུགས་དམ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་འབྱངས་པའི་  
ཏྲགས་ཡིན་པས། གཞུང་གི་ཚིག་ལ་མ་བརྟེན་པ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་རང་གི་རྟོགས་པའི་མགུར་ཞིག་  
མཛོད་ཀྱིས་པས།

ཁྱེད་འབྲེན་པའི་སྒྲ་མ་དམ་པ་དང་།  
ཏ་མུ་དཀར་པོས་དབྱ་མཛོད་པའི།  
ཁྱེད་མདོ་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲོབ་གཉེར་ཚར་བ་རྣམས།  
ཡུད་ཅམ་ཞིག་བོད་ཀྱི་སྒྲ་ལ་ཉོན།

མཐར་ཐུག་གི་ལྟ་བ་ཁྱད་པར་ཅན།  
ཟུང་འཇུག་རབ་ཏུ་མི་གནས་པ།  
དུས་གསུམ་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན།

ཐབས་ཤེས་ལ་བྲལ་འདོད་པ་གང་།  
མཐའ་རུ་ལྟུང་བ་དགག་བྱའི་ཕྱིར།  
ཁྱེད་མཁྱེན་པའི་བྱང་དུ་བཛོད་དཀའ་ཡང་།  
དབྱངས་སྒྲོན་ཆད་མ་སྐྱངས་བརྟུགས་པར་འགྲོ།

བརྟན་བཅོས་དབྱངས་སུ་སྐྱངས་ཀྱི་གསན།  
དངོས་པོར་འཛིན་པ་དགག་བྱའི་ཕྱིར།  
བདུད་སྒྲེ་བཅོམ་པས་མེད་ཅེས་གསུངས།  
དོན་དེ་འདྲ་བཞིན་གཟུང་བས་བསྐྱེབས།  
ལའོར་འདས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་དཔལ།

ཁྱེད་པར་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་སྤངས།།

མྱོངས་པ་སྟོང་པ་ཆད་པར་འདོད།།

དག་ཆོག་ས་སུན་འབྱེན་ཆད་པའི་མཐའ།

ན་མཁའི་མེ་དྲོག་ཞེན་པ་རྣམས།

དཀར་པོའི་ལོ་རྟག་འཛམ་མ་བ་ཡི།

སེར་བ་ལོག་པའི་ལྷ་བ་ཡིན།།

ན་མཁའ་མཆན་ཉིད་ཤེས་པར་གྱིས།།

ཨོང་པ་མི་ཤེས་སྒྲེས་ཅུ་ཀུན།

མེད་ལ་ཡོད་པར་སྒྲོ་ཡིས་བཏགས།

ལོག་པའི་མིག་རྒྱ་ཆུར་འཛིན་ཞིང་།

དོན་ལ་སྒྲིངས་པ་ལཞོར་བའི་རྒྱ།

སེམས་ཅམ་སྤྱི་གསལ་གྲངས་ཅན་སྟགས་༥༥

ཐུབས་དང་གེས་རབ་ཡ་བྲལ་འདོད།

སྟོ་སྟོ་རང་རང་གྲུབ་མཐའ་ཡང་།།

ཤིང་རྒྱལ་མེ་ཏྲུག་འདོད་དང་མཚུངས།།

ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་བྲལ་བ་ཡི།།

དོན་དེ་རབ་རྩ་མི་གནས་པའི།།

२८७

མི་གནས་མྱོད་དང་ཞི་བའི་མཐའ།།

ལྷིང་ཆེ་ལྷིང་པའི་ལྷིང་པོ་ཅན།།

ཐབས་དང་གེས་རབ་ཟུང་དུ་འཇུག།

དེ་ནི་རང་བྱུང་ལྷན་ཅིག་སྟེ།

དེ་ལྟར་བདེ་དང་སྟོང་བ་དང་།

རིག་པ་དང་ནི་སྟོང་བ་ཉིད།

ཐ་དད་མེད་པར་བདག་གིས་གོ།

ད་མིགས་པ་མེད་པའི་སྟིང་རྗེ་དང་།

གཤོད་ནས་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ཉིད།

དབྱེར་མེད་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ལྟར།

ཆོས་རྣམས་དེ་ལྟར་གོ་བར་མཛོད།

ལྟ་བུས་མཚོན་པའི་ཆོག་ཙམ་དུ།

ཞེན་པའི་ཡུལ་དུ་བདག་གིར་མཛོད།

འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ལྟ་བུ་དེ།

རྒྱ་འབྲས་ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས།

བསྐལ་བ་བརྒྱར་ཡང་རྒྱད་མི་ཟ།

མཁུན་པ་མཚོག་གིས་དེ་རྒྱད་གསུངས།

མི་གང་སྟིང་རྗེ་མེད་པ་རྣམས།

ཉི་ལ་འབྲས་མེ་ཡིས་ཆོག་པ་ལ།

དེ་ལ་འབྲས་བྲག་ལ་འབྱུང་།

གཞི་མེད་ཁྱད་པར་ག་ལ་ཡོད།

དེ་ལ་ཐེག་ཆེན་ཡོད་མ་ཡིན།

མཁའ་རབས་ན་གཞུ་ན་གསུང་།

དམིགས་ལུ་ལྟ་བུ་མཆིས་ན།

དམ་ཚེས་གནང་བ་དོན་མེད་ཡིན།

སྤྱོད་པ་འབྲས་བུ་མེད་དང་མཚུངས།

དེ་སྐད་མར་པ་ལོ་ཙྰ་ཟེར།

ཁྱེད་མཁའ་པའི་དོན་ལ་ཐུགས་རྒྱས་ནམས།

དོན་གོལ་བར་གདའ་ན་བཞོན་པར་བཞེས།

ཅེས་གསུངས་སོ། །འབྲོག་མིའི་སྤྱོད་དོ་རྩུ་གར་དུ་འབྱོན་པ་དང་ཐུད། བསྐྱབ་བྱའང་  
མཛད་དོ། །སྤྱིར་ཐོག་མར་སྤྱི་ཐེར་བ་དང་བེད་པ་གཉི་ག་དང་བལ་པོར་མཇལ། དེས་ན་རོ་  
པ་དང་སྤྱད།

དེ་ནས་ལེ་གེས་སྤྱིར་པོ་སོགས་རིམ་པར་མཇལ་བར་འདོད་པ་དང་། ལུགས་འདི་ཉིད་  
ལྟ་བུ་ལས་ན་རོ་པ་དང་མ་མཇལ་བའི་གོང་དུ་ལོ་ལྟ་སོང་། བོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་མས་གསེར་སྤྱོད་  
བ་དང་བལ་པོར་ཐུད་ནས་ལོག །ན་རོ་མི་དྲི་མཇལ། ལོ་གསུམ་བཞི་ཙམ་ན་བོད་ཏུ་བྱོན་པ་  
བལ་པོར་རྩལ་མ་ཐར་ནས་སྤྱི་ཐེར་བ་ལ་གསེར་ཞོ་བཞི་བསྐྱེས་ནས་ལོག་སྟེ་གདམས་ངག་  
གཞིའི་ཚགས་མཛད་པས་ན་རོ་པ་ལྟག་པར་མཉེས། བྱིས་སྤྱི་ཐེར་བ་ལ་སྤྱོད་པ་ལུ་པས་  
མ་བཞེས་བྱ་བ་དང་། ན་རོ་མི་དྲི་གཉིས། མི་དྲི་པ་ཐོན་དུ་མཇལ་བར་བྱིས་པ་དང་། ཐུག་  
དཔེའང་དབྲས་གཙང་དུ་རྩེ་མར་པ་སྤྱོད་པ་ཞེ་བས་སྤྱོད་པ་ཞེ་བོད་ཏུ་སྤྱོད་པས། མཚོ་  
ལ་སྤྱོད་བྱ་བ་དང་། རྩལ་པོར་བསྐྱད་དུ་སྤྱོད་བྱ་བ་སོགས་སྤྱོད་པ་ཞེས་པ་སྤྱད་ཏུང་།

བར་དུ་སྤྱོད་བསྐྱར་ལོ་ཙྰ་བསྐྱབས།

ལོ་གསུམ་བལ་པོའི་ཐེལ་དུ་བསྐྱད།

རྗེ་ཕྱིན་རྒྱལ་མ་ཅན་གྱི་བལ་པོ་ལ།  
 ཀྱུད་གཉན་པོར་གྲགས་པའི་གདན་བཞི་ཉན།  
 ཆོས་རྒྱུད་དུད་སོལ་ལྟ་མོ་ལུས།  
 ང་དེས་ཀྱང་འདོད་པ་ཅུང་མ་ཆོས།  
 ཀྱུ་གར་ལུལ་དུ་ཆོས་ལ་ཕྱིན།  
 ལུ་མི་ཟན་དུག་གི་མཆོ་ལ་བཀལ།  
 ལུས་དུག་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བྱུན་པ་བརྗེས།  
 སྒོག་འདོར་བར་ཐོང་སྟེ་དམ་ཆོས་བཅའ།  
 ལུབ་དུ་ལ་རྟེ་བའི་གོང་ཁྱེད་དུ།  
 དཔལ་ལེ་གེས་སྒྲིང་པོའི་ཞབས་ལ་གཏུགས།

ཅེས་སོགས་དང་འདི་མཚུངས་སམ་སྒྲམ་ཞིང་། འདིའི་ཡང་གོ་རིམ་དངོས་ལྟར་ན་རྗེ་ན་  
 རོ་བ་མཇལ་བྱི་བ་ལྟར་སྤང་ཞིང་། ལ་ལར་གོ་རིམ་བརྗེས་འདུག་པ་ནི་རང་གཞོ་ཡིན་པར་  
 སྤང་། དེར་བྱུག་དཔེ་ནམས་མེད་པས་བྱུགས་ཀྱང་མ་བདེ། ཀྱུ་གར་དུ་ཕྱོག་གམ་ཡང་སེམ་  
 བཞིན་བོད་དུ་ཆས་པ་ལས་བལ་པོའི་ཐ་ཞོབ་ལི་གོ་གར་བྱ་བ་གོ་གམ་ཆེན་པོ་ལེན་པར་  
 ཞག་འགའ་བཞུགས་དགོས་ཐུང་བའི། ལུབ་ཕྱི་མ་ལ་མཁའ་འགྲོ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དོ་ལི་ལ་  
 སྒྱུན་བྱངས་སྟེ། ལྟོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིར་དཔལ་ས་ར་ཉ་མཇལ་སྟེ་སྒྱུ་གསུང་བྱུགས་ཀྱིས་  
 ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། **ཡི་གེ་བཞིའི་ཆོས་གསུངས་པ་**ཐུང་སྟེ་བྱུགས་དམ་གྱི་རྟོགས་པ་མཐར་  
 ཕྱིན། ཕྱི་རོལ་གྱི་དཔེ་ཆ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་གྱུར་སྟེ་བོད་དུ་ཕྱོན།

གྲོག་སྒྱུ་སྟོན་ཆེན་དེ་སྒྲུ་གཤེགས་འདུག །རྗོ་སྒྲས་དེ་སྒྲུ་བསོད་བདོ་ནས་ཡོད་པས་  
 དཔལ་ཁུད་གྱི་ལྟ་མཆོ་སྤོན་མཆོ་ནས་གསུ་བ་མཛད། སྒྲུར་ཐུར་གདན་ལ་བ་ནས་རྒྱ་བ་  
 གཅིག་དུ་ཆོས་གྲ་ཆེན་པོ་བཞུགས། རྒྱ་བ་ཡར་བོའི་ཆོས་བརྒྱའི་ཉིན་དཔའ་བོའི་དགའ་སྟོན་

ཁྱེ་ཆེན་པོ་བཤམས་ནས། རྒྱུ་ཡའ་ནས་བཟུང་ཞབས་ཏྲིག་བྱས་ཅིང་བྱེད་པ་ལགས་པས།  
 རྩོན་མ་གྲགས་པའི་དབྱངས་བྱེད་པར་ཅན་ཞིག་གསུང་འཆལ་ཞུས་པས། ཁོ་པོས་ལྟོ་  
 རྩོགས་དཔལ་གྱི་རིར་བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་སྟོང་པོའི་དོན་འདི་ལྟར་  
 ཐོས་ཞེས། དོ་རྒྱུ་རྩོམ་ཆེན་བྱེད་ཆེན་གཤོག་བཟུངས་ཡིང་བའི་སྐད་ལ་རྩོམ་ཆེན་  
 གསུངས་པ།

དཔལ་དེ་རིང་བྱ་གིས་ཡར་གྱི་ངོ་།  
 རྩོམ་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ཆོས་བཅུ་ལ།  
 དཔལ་པོ་དགའ་སྟོན་གྱི་ཆོགས་གལ་དུ།  
 བྱ་འཁྱར་བ་མེད་པའི་དམ་ཆོག་ཅན།  
 རྩོད་སྟོག་སྐྱོར་སྐྱོར་ཞུ་འབུལ་བ།  
 རྒྱུ་མ་ཐོས་པའི་བྱ་ལོང་སྐད།

ང་བཤུལ་རིང་ལམ་ལ་བཤར་བ་དེས།  
 ལུས་ངལ་དུབ་དབང་དུ་སོང་བའི་བྱིར།  
 བྱ་ཡིད་འཕྲོག་སྟོན་པོ་མ་མཆིས་ཅིང་།  
 ཆོག་སྟེབ་སྟོར་མཁས་པ་མི་གིས་བྱང་།  
 གོགས་ཞེད་པས་ངོ་ཆེ་མེད་པའི་བྱིར།  
 ངོ་ཆེ་ཡི་དབུལ་བ་མི་རྩོགས་པས།  
 དོན་རྒྱུ་མ་ཐོས་པའི་ཡ་མཚན་ཅན།  
 རྩོམ་ཟེའི་བཞེད་དགོངས་སྐྱར་ལེན་པས།  
 རྩོད་གདན་གང་བཞུགས་པའི་མདོ་སྟོགས་རྣམས།  
 སྟོན་ལྟན་ནི་གསན་ལ་བྱུགས་དགོངས་འཆལ།



ཏུས་ཁ་སང་དབྱིད་རྒྱ་ཐ་ཆུང་ལ།  
 གཞི་བལ་པོའི་ཐིལ་ནས་ཡར་འཕགས་པའི།  
 གཏུགས་ཏྲོ་ལམ་མཆིས་གྱི་ཤུལ་ཁ་ན།  
 བལ་པོ་ལིད་གྱི་གོ་གམ་རི།  
 གདོལ་པ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་དུ།  
 མི་བད་མི་མཇལ་གྱི་གོ་གམ་པས།  
 མགོན་ཁ་ཞན་པོ་ཡི་བོད་རྒྱམས་བསྐྱེལ།  
 མི་ངས་ཀྱང་དབང་མེད་ཞག་འགའ་བཅུད།

དགུང་རྒྱབ་གཅིག་ཐམ་ཐུམ་མི་ལམ་ན།  
 རིགས་གྱི་མཚན་ལུན་ཚངས་སྐྱད་ཅན།  
 དམ་ཟེའི་ཐུམ་མཛེས་མ་གཉིས།  
 རྩང་ཟད་འཇུག་ཞིང་ཟུང་མིག་ལྟ།

མི་ཁོ་པོའི་དུང་དུ་འོངས་ནས་ཀྱང་།  
 ལྟོ་དབལ་གྱི་རི་ལ་འགོ་དགོས་སྐྱད།  
 ཁོ་པོས་ལྟོན་ཆད་ཕྱིན་མ་ཕྱོང་།  
 རྒྱས་མེད་ལམ་ཡང་མི་གེས་སྒྲུས།

ཐུམ་གཉིས་གྱི་ཞལ་ན་རེ།  
 ཁྱེད་མིང་པོས་དཀའ་བ་སྐྱད་མི་དགོས།  
 རེད་གྱི་ཐུག་ལ་ཁུར་གྱིས་ཟེད།  
 མདོ་ལི་དར་གྱི་ཡིང་ཁྱིར་བཅུག།



དག་ལ་གསུང་གིས་བྱིན་བསྐྱབས་པ།

སྟོང་ཉིད་སང་གའི་ང་རོ་ཡིས།

ཡི་གེ་བཞི་ཡི་དོན་གསུངས་པ།

ལྷགས་པས་མི་ལམ་བཟིས་པ་བཞིན།

བརྗོད་ཏུ་མེད་པའི་ཉམས་ཅིག་ཤར།

ཡིད་ལ་ལྷགས་ཀྱིས་བྱིན་བསྐྱབས་པ།

ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ།

འགྲོ་འང་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པས།

དུར་ཁྱོད་གནས་པའི་མི་རོ་བཞིན།

བསམ་དུ་མེད་པའི་ཉམས་ཅིག་ཤར།

དེ་རྗེས་བདེ་ཆེན་དག་པའི་གསུང་།

རིན་ཆེན་མགུར་གྱི་བུམ་པ་ནས།

ཚངས་པའི་དབྱངས་ཀྱི་བདེ་སྐྱད་ཀྱིས།

སྒྲིན་བྲལ་ན་མཁའ་སྟོང་པའི་དོན།

གནས་ལྷགས་མཆོན་པ་དོ་རྗེའི་མགུར།

སྐྱེ་མེད་རང་སྐྱེ་འདི་སྐྱད་ཐོས།

ན་མོ་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་དབྱེར་མེད་པ།

རྒྱན་ཆད་མེད་པ་གཏུག་མའི་སེམས།

གདོད་ནས་དག་པ་དེ་བཞིན་ཉིད།

ན་མཁས་ན་མཁའ་སྟོང་བ་མཐོང་།

ཅ་བ་ཁྱིམ་ན་གནས་པའི་ཕྱིར།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་བཙོན་དུ་བྱུང་།  
 སྒྲོམ་པ་ཤེས་པ་ཕྱི་མ་ཡིས།  
 སེམས་ལ་ལྷན་པ་གདབ་དུ་མེད།

སྒྲུང་བྱེད་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཤེས།  
 གཉེན་པོས་བཙོས་ཆེ་སྒྲོམ་དུ་མེད།  
 སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བྲན་དུ་མེད།  
 དེའང་མ་བཙོས་རང་ལ་བཞག།

དེ་དོན་མཐོང་ན་གོལ་བའི་ཕྱིར།  
 བ་རྒྱུང་གདོལ་བའི་སྦྱོད་པ་ལྟོས།  
 ག་ཟ་སྦྱོན་པ་གང་དགར་ཐོང་།  
 བསྐྱེམས་དང་བྲལ་བའི་སེང་གེ་བཞིན།  
 སེམས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་ཡན་དུ་རྒྱག།  
 བྱང་བ་མེ་ཏོག་རྒྱ་བ་ལྟོས།

འཁོར་བ་སྦྱོན་དུ་མི་ལྟ་བར།  
 ཟུང་ན་འདས་པ་ཐོབ་བྱུང་མེད།  
 ཐ་མལ་ཤེས་པ་རང་ལུགས་དེ།  
 མ་བཙོས་སོ་མ་ཉིད་དུ་ཞོག།  
 བྱ་བ་རྣམས་ལ་བྱོད་མ་རྟོག།  
 ཕྱོགས་དང་ཆ་ལ་མི་གནས་ཅིང་།

སྒྲོས་བྲལ་ན་མཁའ་དཀྱིལ་དུ་ལྷོས།

ཆོས་ཟད་སར་འབྱོལ་བ་སྒྲིང་པོའི་དོན།

ལྷ་བའི་ཡང་ཅེ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།

སེམས་གནད་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་བརྟུན་དོན་ཞིག།

བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་ཐོས།

སྐད་ཅིག་དེ་ལ་གཉིད་ཀྱང་སད།

དེ་མ་ཐེད་དུན་པའི་ལྷགས་ལྷུས་ཟེན།

མ་དྲིག་གཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་ཁུང་དུ།

དྲིག་པ་ཡེ་ཤེས་མཐོངས་ཐྱེ་ནས།

སྒྲིན་མེད་མཁའ་ལ་ཉི་ཤར་ལྟར།

འབྱོལ་བའི་སྐྱེས་ནག་སངས་ནས་ཐལ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཞལ་མཇལ་ཡང་།

ཕྱིན་ཆད་དྲི་རྒྱ་མེད་ཏྲོ་སྒྲུམ།

སེམས་ཁོ་ཐག་ཆོད་པའི་ཉམས་ཅིག་སྒྲེས།

ཡིད་འགྲུ་བ་ཟད་པ་ངོ་མཚར་ཆེ།

ཨ་མ། ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་ལུང་བསྐྱེད་དང་།

བྲམ་མས་གསུངས་པ་ཟབ་མོའི་དོན།

དག་སྒྲུ་རུ་མི་བརྟུང་གསུང་ན་ཡང་།

དགྲུང་དོ་རྒྱབ་མི་སྒྲིའི་ཐབས་མ་བྱུང་།

དུས་ད་མེས་ཅོམ་ཞིག་མ་གཏོགས་པ།

ཕྱོན་ཆད་རག་རྒྱ་བརྒྱད་མ་ཕྱོད་༥༥

ད་ཕྱོན་ཆད་བརྒྱས་སམ་ན་བ་ཉོན་༥༥

ད་ཕྱོན་ཆད་བལྟལ་རིང་རྒྱུད་གི་མི༥༥

མཛེལ་བཤེས་གཉེན་མེད་གྲོགས་ཀྱང་མེད༥༥

ལུས་དལ་དུབ་བཀྱས་པར་གྱུར་བའི་ཆོ༥༥

ལུ་ཁྱེད་ཀྱིས་གང་བྱས་སེམས་ལ་ཡོད༥༥

དེ་མ་རྗེད་སེམས་ལ་གིན་རྒྱ་བཅགས༥༥

དྲིན་ལམོར་བར་ཐལ་ལོ་སྒྲིང་གི་གྲོགས༥༥

རྗེ་གོང་ན་བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་དང་༥༥

དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་ཡི་དམ་ལྟ༥༥

བར་ཆད་སེལ་བའི་ཆོས་སྒྱུང་རྣམས༥༥

མི་བདག་ལ་བཀའ་བཀྱོན་མི་གནང་འཆལ༥༥

དོན་ལུལ་བར་གདའ་ན་བཟོད་པར་བཞེས༥༥

ཅེས་གསུངས་པས། གྲོགས་སྤྱི་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་ངོ་ །  
འདིའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ནི། ཡི་གེ་དང་པོ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ། གཉིས་པ་ལོངས་སྟོང་རྗེ་གསལ་བའི་  
སྒྲུ། ཡི་གེ་གསུམ་པ་སྒྲུལ་བའི་སྒྲུ། བཞི་པ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ། ཞེས་མ་རྩ་ལྟ་དཔལ་ལྷན་གྱི་  
ཆེན་པོ་ཅེས་འདི་ཉིད་ལ་གཞི་ལམ་འབྲས་སུའི་ཆོས་བཞི་བཞེར་བཤད་ནས། ལམ་ཀྱི་  
སྒྲུབས་སྒྲུ་དང་པོར་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྩ་བཅད་པ། གཉིས་པ་སེམས་ཀྱི་བཞག་ཐབས་བསྟན་  
པ། གསུམ་པ་སེམས་ཀྱི་གོལ་ས་བཅད་པ། བཞི་པ་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཁྱེར་བསྟན་པ་ཅེས་  
ལུགས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཡི་གེ་བཞི་བར་གྲགས་པ་དེ་ཡིན་ནོ།

ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་དང་མེས་ཆེན་པོས་ཀྱང་འདི་རེས་མཛེལ་བར་སྤྱད་ཞིང་། ལུགས་དབྱས་

གཙང་གི་ཐིལ་དུ་ཐོན་ཅན། །གདམས་ངག་གི་སྒྲན་པ་ཁོ་པོས་ཐོབ། །ཅེས་པ་ལྟར་སྒྲན་  
གཤམ་ཆེར་བྱུང་བར་སྒྲུང་རོ།།

དེ་ནས་རྗེ་མར་བས་སྒྲོན་གྱི་ཆད་མཛད་པའི་དབང་གིས་ཁ་རག་དུ་བྱོན་ནས་གཉིས་ལ་  
ཐྱི་མོ་དགོས་གསུངས་པས། གསེར་སྒང་གང་མཆོལ་དང་བཅས་པ་ཅིག་ལུལ་སྟེ། མ་རྒྱུད་  
ལ་ཁྱེད་རང་འདྲིས་པ་འདུག་པས་དཔེ་མི་དགོས་པར་འདུག། ཁྱེད་ཀྱིས་མ་རྒྱུད་བཤད་ན་ང་  
ལ་ཉན་མི་མི་ཡོང་བས་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་ཀྱིས་ལ་ཤོད། ངས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་  
བྱས་ལ་བཤད་ཏེ་ཟེར། ཐུས་ཀྱང་འདུས་པ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས། གཤིན་རྗེའི་གཤེད།  
ཁྱེད་པར་འཛིགས་ཀྱེད། མཆོན་བརྗོད་རྣམས་ལ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུད་བཞི་ཟེར་རོ།།

དེ་ནས་གསུམ་མི་ནི་སྤྱུ་ཡང་མ་བྱུང་། འབྲུངས་ལུལ་དུ་བྱོན། སློབ་དཔོན་དང་ཨ་མ་མེ་ཅིག་  
གིས་སྤྱ་ལེན་རེ་བྱས། སློབ་དཔོན་དང་རྗོལ་མོགས་ཀྱིས་ཆར་གལ་དུ་འཤོད། ཡོ་རྩ་བ་ཟེར་  
ཞིང་ལད་ཅེའི་གདན་རེ་འདིངས། ཀླག་པ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤོད་ཟེར་ནས་འདིས་ཀླག་པ་ལ་ཐིན་  
འདུག། ཁོས་ལ་འང་དགའ་ལས་བྱས་འདུག་ཟེར་བ་ཅུ་མ་དང་། ཆོས་ཅི་ཤེས་ཟེར་བ་ལ་ཉེ་  
བརྗོད་ཤེས། ཅ་ག་སྤྱི་རྩུ་ར་ཤེས། མཆོག་ཤེས་གསུངས་པས་དེ་རྣམས་མི་གོ་བར་འདུག་  
ཟེར་ཡང་མཁས་པ་ཅུ་མ་དེག།

ལན་གཅིག་རྗོལ་ལ་ཐུ་དོར་ཁ་སྒྲང་གཤོང་ལ་ངའི་འབྲོག་ཀྱེད། བར་དྲོ་བོ་ལུང་སྟེ།  
ཐུབས་ཟངས་ལུག་རྣམས་ལ་ངའི་དགོན་གནས་ཀྱེད། མདའ་སྒྲན་དང་ས་སྒྲགས་གཉིས་སུ་  
ངའི་གནས་གཞི་ཀྱེད་པས་འདི་རྣམས་སློང་དགོས་གསུངས་པས་ལུལ་སྟེ། སློབ་དཔོན་དབང་  
པོར་བཞག་ནས་མཐོས་བསྐྱོར་ཞིང་དྲོ་བོ་ལུང་བཟུང་། སློབ་དཔོན་དེས་བསྐུལ་སྟེ། ཁོང་གི་  
རྟ་དགར་པོ་ཅིག་ཡོད་པ་ལ་དཔེ་ཆ་འདྲ་བཀལ། སྒས་པོ་དེ་གཤོག་དུ་ཁྱིད་ནས་བྱོན།





## ཁྱུ་གར་ལ་འབྱོན་ཐེངས་གཉིས་པ།

བར་པ་ལ་ཡང་སྒྲ་མ་ལྟར་དོན་གསུམ་ལས།

དང་པོ་གསེར་ཚོལ་དུ་བྱོན་ཞིང་བསྐྱོད་རྣམས་དང་མཇལ་ཚུལ་ནི།)

རྣམ་ཐར་ཐམས་ཅད་ན་གཞུང་དུ་ཆ་བཞེས་ཅིག་གི་སར་བརྒྱེ་ཅིག་གིས་དྲི་མེད་ལྷས་པ་  
 རྟོག་སྟོན་ཚོས་རྟོག་དུ་འདུག་པས་སྐྱུན་བྱངས་བྱ་བ་དང་། ལ་ལར་སྐྱེས་པ་མདའ་གཞུ་ཅན་  
 ཞིག་བྱང་བྱ་བ་སོགས་འདུག་ཡང་། རྟོག་པ་རང་གི་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་ལས། སེ་  
 ལུང་ན་སྒྲ་མ་དབྱེར་ཆུང་པ་ལ་རྟིང་མ་ཉན་ཆེ་བྱེད་ཅིག་སྐྱོང་སྐྱངས་བྱུང་བ་ལ། ཁོང་ན་རེ།  
 ཚོས་གཤའ་མ་ཞིག་བྱེད་ན་རྩེ་མར་བའི་དུང་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་འདུག་གསུང་ནས། མཚན་  
 ཐོས་པའི་མོད་ལ་མི་བཟོད་པའི་དད་པ་བྱུང་། ཁོང་ལ་རྒྱས་ཀྱང་ཞིབ་པར་འདུག་ནས་དེ་  
 དགོངས་རང་ཚོས་འཕྲོད་ཀྱི། སང་རང་ལུལ་དུ་བྱོན། དཔོན་སྐྱོད་གསུམ་དེ་མ་ཐག་བྱོན་པ་  
 ལུལ་མི་ལ་དྲིས་པས། ལ་ལྷོ་སྐྱོ་གོས་ཟེར་བ་ཅམ་ལས་རྒྱས་མི་འདུག་ རྣལ་འབྱོར་པ་བག་  
 དྲོ་བ་ལྷ་ཤོ་བ་ཞིག་གིས་ཐིན་བྱ་ཟེར། བར་དུ་ཐིན་པས། རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་སྟན་ཁྱི་སྟེང་ན་  
 འདུག་པས་བྱག་བཅལ། མོས་གུས་སྐྱེས་སྟེ། རྟ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཁལ་དང་བཅས་པ་ལུལ་  
 བས། ལྷག་རྟེན་ཡིན་ན་ཆེ་ཡང་ཆེ། འཕུལ་བ་ཡིན་ན་ཆུང་ཡང་ཆུང་། ཞེས་ཀྱང་ཤེས་སྟངས་།

གདམས་ངག་གིན་ཏུ་ཆེ་བར་རིག་ །དེའི་ཆེ་མེས་ཚོན་པོའི་གདན་འདྲེན་བྱུང་བས་ཐེགས་  
 བར་འདུག་པ་ལ་གཙང་ལ་འགྲོ་བར་རང་ལུལ་ན་པ་མ་རྟེན་གོག་ཡང་ཡོད། གདམས་ངག་  
 ཡང་མི་ཆར་བར་འདུག་སྟུམ་ནས་གཞུང་དུ་ཐེབས་པར་ལྷས་པས་མེས་སྟོན་རང་ཚོས་  
 ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་ནི་ཡོད། ད་རེས་རྟོག་པའི་སར་འགྲོ་བ་ཡིན་གསུང་ནས་བྱོན། འབྲི་  
 བདུན་བརྒྱ་སོགས་ལུལ་ཞེས་པ་ཁོན་ཡོད་པས་འདིའི་སྟོན་ཅམ་ལ་མཇལ་བར་སྐྱོང་ལ།

ལོ་རྒྱུས་ལྷ་མ་དེ་དོལ་པ་གག་སྟོན་ནམ་གཞུང་གི་མེས་ཚོན་རྒྱུ་ལྷ་ཞེས་དང་ནོར་  
བར་འདུག་གོ། རྗེས་ལ་ལྷ་མ་རྣམས་ལྷགས་པ་སྤྱུ་ཅན་ཡིན་པས་རབ་བྱུང་དང་། རྟོར་ཆས་  
སོགས་མི་འབྱུང་ངོ་། །མཚུང་དབང་དེ་སྟོན་མདའི་གནས་གཞིའི་བདག་པོ་མདོ་རྒྱགས་ཀྱི་  
སྟོན་པ་ཅིག་ཡོད་པས་འདི་དུས་མཇལ་ཞིང་། སྟོན་ནང་ན་རྗེ་མར་པའི་དགྲིལ་འཁོར་  
སྟེགས་བུ་ཡོད་པའི་གད་པ་འོད་པས་ཁྱེད་མ་ཐུག་པ་མཆུལ་ལྷ་བུ་དུ་མ་ཡོད་དོ།

དེ་ནས་འཕན་ལུལ་དུ་བྱོན། བས་སུ་སྤེལ་མང་པོ་བསོས། བཞུགས་ཁྱིད་དང་བྱག་མཁར་  
ཀྱི་མཆོད་རྟེན་ཡང་ཡོད། འདམ་གཞུང་གི་རུ་བའི་དཔོན་མར་པ་མགོ་ཡགས་ཀྱིས་སྒྲུབ་  
དངས། ལམ་དུ་བྱིན་རྒྱབས་ཐུག་པར་རུང་ཟད་བཞུགས་སྟེ་སྟག་ལུང་གི་སྤེའི་རྟེན་འབྲེལ་  
འགྲིག།

ན་ཟ་རྟེང་རྟེང་རྣམས་ལ་ན་རོ་མི་ཉི་མཇལ་བའི་གོས་ཡིན་གསུང་ནས་འདོར་མ་བཞེད་  
པ་དང་། གསར་པ་རྣམས་གསེར་རྒྱབ་པར་བཞེད་པས་འཕངས་མཛད་པ་དང་། རི་ལྷར་  
དགོངས་པ་དེ་མ་གཏོགས་བྱགས་བཅོས་དཀའ་བས། ཐོག་མར་ལུལ་མི་རྣམས་དད་དཀའ་  
བའང་བྱུང་། བྱིས་བྱགས་རྗེའི་བྱིན་གྱིས་ནོན་སྟེ་གསོན་གཤིན་གྱི་དོན་མཐའ་དག་སྒྲུངས་  
ཅིང་ཅི་ཡོད་ལུལ། བྱང་ནམ་པའི་གསེར་དོལ་དང་དུས་མཚུངས། མགོ་ཡགས་རང་གིས་  
སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་ཞིང་།

སྤྲ་མེད་བྱང་རྒྱུབ་བུ་པ་ལ།

དལ་འབྱོར་རྟེན་འབྲེལ་འཛོམ་པ་གཅེས།

བརྒྱད་པ་གྲུབ་ཐོབ་ཅོད་མེད་གཅེས།

སྤྲ་མ་མཚན་ཉིད་ལྷན་པ་གཅེས།

ཉམས་ལེན་རུས་སུ་འདོན་པ་གཅེས།

གནས་ལུགས་གཞི་རྩ་ཆོད་པ་གཅེས།

ཐབས་ལམ་ཟབ་མའི་ཕོགས་འདོན་གཅེས།

དོན་གཉིས་འགྲུབ་པའི་འབྲས་ལུགཅེས།

ཅེས་གསུངས་ཅིང་། དབང་གདམས་ངག་གནང་བས་ཅེས་ཀྱང་དགོས་མེད་དུ་གོ་སྟེ་  
 ཆོས་སྒོར་ཞུགས། གསེར་སྒང་བཙོ་བརྒྱད། ཏྲ་གཡུ་འབྲུག་མགོ་དཀར་སོགས་ཡོ་བྱད་  
 དཔག་མེད་ཕུལ་སྟེ་ཐུགས་ཕྱིར་འབྲངས། ལམ་དུ་རྟོག་མཚུར། བ་རང་ལྷ་བ་ཅན་རྣམས་  
 གྱིས་སོ་སོའི་གནས་སུ་སྒྱུན་བྱངས། དབང་བསྐྱར་གྱིས་སྒྲིན་པར་མཛད། རྒྱུད་དང་  
 གདམས་པ་ཞུ་ཕྱིར་ཐུགས་ཕྱིར་འབྲངས་སྟེ་དོ་ཕོ་ལུང་དུ་བྱོན། རྒྱུད་དང་མན་ངག་སོ་སོ་  
 གནང་།

ཐོན་སྟོན་ལ་རྩོམ་ཡང་ཕོས་པའི་ཆོགས་གལ་དུ་རྩེ་ཉིད་ལ་རྒྱ་གར་ན་སྤྲ་མ་དུ་བཞུགས།  
 རོ་མཚར་ཅན་དུ་མཆིས། ཆོས་ཅི་ཞུས། སར་རྩུར་རི་ལྷར་བྱོན་ཞུས་པས། རྒྱས་པར་  
 གསུངས་སྟེ་མཐར་མཁུར་དུ་གསུངས་པ།

## (ཆོས་ཕྱིར་དཀའ་བ་སྦྱད་པའི་མཁུར།)

རྩེ་ཅོད་ལྷན་དུས་ཀྱི་རྩོ་རྩེ་འཆང་།

དཀའ་བ་སྦྱད་པའི་སྒྲེས་ལུ་མཆོག།

ཀླག་གྱིས་སྒྲི་བོར་ཐོད་བཞིན་བསྐྱར།

དཔལ་ན་རོའི་ཞབས་ལ་སྒྲི་བོས་འདུད།

ང་ལྟ་བུལ་མར་བ་སྒོ་གྲོས་འདི།

ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ལོན་ནས་ཆོས་དང་མཛེས།

དེ་སྟོན་སྦྱངས་ཀྱི་པག་ཆགས་སད་པ་འདྲ།

ང་དང་པོར་ཡིག་ཆ་ངས་ཀ་ཁ་བསྐྱབས།

བར་དུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལོ་ཙུ་བསྐྱབས།

ལོ་གསུམ་བལ་པོའི་ཐིལ་དུ་བསྐྱབས།

རྟེན་གྲུབ་སྐྱབས་ཅན་གྱི་བལ་པོ་ལ།

རྒྱད་གཉན་པོར་གྲགས་པའི་གདན་བཞི་ཉན།

ཆོས་རྒྱུད་དུད་སོལ་ལྟ་མོ་ཞུས།

ཁོ་པོ་དེས་ཀྱང་འདོད་པ་ཅུང་མ་ཆོས།

ཀྱ་གར་ཡུལ་དུ་ཆོས་ལ་ཕྱིན།

རྒྱ་མི་ཟན་དུག་གི་རྒྱ་ལ་བཀལ།

ལུས་དུག་སྐྱུལ་བཞིན་དུ་ཕྱུག་པ་བརྟེན།

སྟོག་འདོར་བར་ཐོང་སྟེ་དམ་ཆོས་བཅུལ།

ལུབ་དུ་ལ་ཁྱེ་དཔེ་གོང་ཁྱེ་དཔེ།

དབལ་ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོའི་ཞབས་ལ་བརྟགས།

པ་རྒྱད་གསང་བ་འདུས་པ་ཉན།

སྐྱུ་ལུས་འོད་གསལ་གྱི་གདམས་ངག་ཞུས།

ལམ་རིམ་པ་ལྟ་ཡི་དོན་ལ་བསྐྱབས།

སྟོ་དུག་མཆོ་ཁོལ་མའི་གླིང་དུ་ཕྱིན།

གདུགས་ཉི་མའི་གྲང་ལ་སྒྲག་དུ་སྟོས།

ལམ་ད་ལྟ་གསལ་ཡང་ད་ལྟ་སྟོར།

སྟོག་ཡལ་བར་དོར་ནས་རྟེན་འགྲུབ་བཅུལ།

དཔལ་ཞིབ་བཟང་པོ་དངོས་དང་མཇལ།  
 མ་རྒྱུད་མ་རྒྱུ་ཡ་ཐོབ།  
 དབྱིབས་རྣལ་འབྱོར་གསུམ་གྱི་དོན་ལ་བསྐྱབས།  
 སྦྱ་མ་གསུམ་གྱི་གདམས་ངག་ཐོབ།

གར་དངོས་བྱུང་ཆུ་བོ་གརྒྱ་བཀལ།  
 རི་རབ་ཏུ་འབྱུག་པའི་དྲར་ཁོད་ཏུ།  
 མེ་ཏོག་མདངས་འཕྲོག་གི་དགོན་པ་སྤ།  
 རྩེ་མངའ་བདག་མེ་ཏིའི་ཞབས་ལ་བརྟགས།  
 རྒྱུད་ཟབ་མོ་བསྐྱོད་པ་གྲུར་གྲངས་ལྷས།  
 ཆོས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཏོགས་པ་སྦྱངས།  
 མེམས་དངོས་པོའི་བཞུགས་རྩལ་གཏན་ལ་ཡབ།  
 གཞི་མ་བཅོས་དོན་གྱི་ངོ་བོ་མཐོང་།  
 གནས་ངོ་མཚར་མཁའ་འགྲོས་ལུང་བསྟན་པ།

བྱང་ཕྱོགས་ཕུལ་ཏེ་རིར་ཕྱིན།  
 དཔལ་དངོས་བྱུང་ཅན་གྱི་དགོན་པ་སྤ།  
 རྩོད་རྒྱུད་ན་རོ་པར་ཆེན་ལ།  
 རྒྱུད་ཟབ་མོ་དབྱེས་པ་དོ་རྩེ་ཐོབ།  
 བསྐྱེལ་འཕེ་མཚམས་སྦྱོར་གྱི་གདམས་ངག་ཐོབ།  
 ལྷ་དཔར་གཏུམ་མོའི་ལས་རྒྱ་ལྷས།  
 ཆོས་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་གནད་ལ་ངོ་སྦྱོད་མཛད།  
 དེ་ཡན་ཆད་ཇི་མ་གླིང་དབུས་སུ་གྲགས།

ཕྱོགས་བཞི་རྒྱད་པའི་རུ་བོ་ཡིན།།

ལར་དུར་བྱོད་ལྷུལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་དང་།

གིང་རྒྱང་གནས་པའི་ཀླ་སྤྱ་ལི།

ཡོངས་སུ་མ་གྲགས་འགའ་ཡོད་སྟེ།

ཐོག་ས་རིམ་ཁ་འབྱོར་མང་དུ་བྱས།

དེ་མཚར་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་ཐབས་དང་།

ཐུན་ཚེགས་ཀྱི་གདམས་པ་རྩིས་ལས་འདས།

ལམ་བལ་པོའི་ཐིལ་དུ་སྒྱུན་ཅ་ན།།

ང་ལྟེ་བྱག་མར་པ་ལོ་ཙུ་དང་།

ཁ་རག་གཉིས་ཀྱི་ལོ་ཙཱ་གཉིས།

ལོ་རྒྱུ་གང་མཁས་གང་མཁས་ཟེར།

གདམས་ངག་གང་ཆེ་གང་ཆེ་ཟེར།

བལ་བོད་མཆམས་སྲུ་ཐོན་ཅ་ན།།

འོ་ར་ཐང་ཐིང་གི་རྒྱ་པ་འོད་ཁོང་པ་ལྟེན།

ཡུལ་ལ་སྟོང་ཆོ་བཞིར་བྱེན་ཅ་ན།།

ལྷ་བཟུང་གི་བྱུགས་པ་མཉམ་པོར་ཐོབ།

བོད་དབུས་གཙང་གི་མཐེལ་དུ་བྱེན་ཅ་ན།

གདམས་ངག་གི་སྒྲུབ་པ་ཁོ་བོས་བྲོབ།

སྒྲ་མ་གྲུབ་ཐོབ་དང་མཐུ་ལགས་བས།

གདམས་ངག་ལ་མི་ཆེད་དོགས་མ་མཆིས།

ཆོག་ཐ་སྟོད་ལ་བྱང་ཆུབ་མི་རེ་བས།།

གཞུང་བཤད་པ་ཀུན་རི་ལྟར་དབྱེས་དབྱེས་མཛོད།།

ཅེས་གསུངས་པས། རོ་པོ་ཡང་དད་པར་གྱུར་ཞིང་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱང་དད་པར་གྱུར་ཏོ།།

དེའི་ཆོག་སང་པ་འདུས་པའི་རོ་པོ་སྟོབ་དཔོན་འཇམ་དབལ་བཤེས་གཉིན་པོད་ཡུལ་  
 གྱི་སྐྱེ་པོའི་རོར་མི་ལ་ཐོས་པ་དག་འདར་གྲགས་སྟེ། ཡུམ་གྱི་བཀའ་བསྐྱུངས་ནས་སྤྲོ་མའི་  
 མཚན་གསལ་པ་ཙམ་གྱིས་པ་སྤྱོད་གཞིས་ཅིང་དྲུང་དྲུང་སྟོགས་པ་ན། ལུང་མེད་དུ་མས་ཤེལ་  
 གྱི་དོ་རྩེ་དྲི་མས་ཅུང་ཟད་གོས་པ་ཞིག་ཟེར་སྟེ། རྩེ་བཙུན་ན་རོ་པོའི་ཞལ་ནས་འདི་བྱས་ལ་  
 རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཅེར་ཐོགས་གསུང་ཟེར་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་རིམ་གྱིང་འོད་གྱིས་བྱུང་པ་  
 བརྒྱས་པས་གསུང་པ་ལ་སྤྱོད་གཞིས་པའི་ཆུལ་དུ་བྱོན། བཀའ་བསྐྱུང་པའི་ཐོག་མ་སྤྱིའི་ལྟག་སྟོག་  
 དུ་བཅུག། ཁར་བན་ས་ལ་བསྐྱུངས་སྟེ་དེ་ལྟར་བཀའ་བ། སྤྱོད་གཞིས་ལྟར་མཛོད། ཁར་གནང་  
 བ་ལྟག་མེད་གསོལ་བས་གདམས་དག་ཁར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག། ཁར་བན་གྱི་ལུལ་དུ་  
 རྒྱུ་མིག་གྱུར། ཞིང་དེ་ལ་མཐུན་ཆུན་དུ་གྲགས། མཐུ་མེར་གྱི་སྟོག་པ་སྦྱོང་བ་དང་། སྟོན་  
 ལས་བཞི་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར། སྟོགས་བཞིར་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་མཐར་བཞི། བཙུགས་  
 ཅིང་བཤིག། མཐར་ཐུང་བཞི་ལོགས་བརྒྱད། ཅེ་མོ་རིན་པོ་ཆེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་བཙུགས།  
 རྩེ་སུ་བཟུང་ནས་མནལ་ལྟས་ལས་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་དུ་བཏགས་སྟེ་སྟོམ་དུ་བཅུག་གོ།

དེའི་ཆོན་ལ་འཕྱོར་སྤྲོ་མེད་མ་རྒྱུད་གྱིས་ལམ་བཟོད་པའི་ཕྱིར། རོ་མོ་བདག་མེད་མ་དང་།  
 ལྷག་ཐུང་མ་གཉིས་ཁབ་དུ་བཞེས་སྟེ་རིགས་གྱི་སྟེས་ཀྱང་བསྐྱུན་པའི་ཆུལ་དུ་སྤྲང་རོ།།

དེ་ཡང་རོ་མོ་བདག་མེད་མ་ལ་སྟེས་མདོ་སྟེ་ཐོག་མར་འཁྱུངས་ཆོ། བེལ་ཤྲུག་རྒྱལ་ལ་  
 མོགས་གྱིས་སྟེས་མོ་ཞིག་གདའ་བྱས་པས། དས་སྤྱོད་ཞིག་བྱུང་གསུང་།

མིད་པ་ལྟེ་བསྐྱུར་གྱི་གདམས་དག་ཤེས།།

ཅ་མོ་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ལི་གདམས་པ་ག་ཡོད།

ཅ་མོ་ཅ་བཀག་ནས་པོ་ཅ་གྲོད།

ཞས་པུ་མོར་སྒྲེ་བ་ཅང་སྤྱིད་ཏམ། །ཞེས་གསུངས།

ཡང་ཞས་པོར་གདའ་སྟེ་སྒྲེལ་བ་གཅིག་ཡོད་པ་འདྲ་ཞུས་པས།

ཁམས་དཀར་དམར་གཉིས་ལ་རང་དབང་ཐོབ།

དངས་རྟེན་ལ་འབྱེད་པ་ལི་མན་པག་ཤེས།

ཁམས་རྟེན་མ་བཀག་ནས་དངས་མ་གྲོད།

ཞས་སྒྲེལ་པར་སྒྲེ་བ་ཅང་སྤྱིད་ཏམ།

ཞེས་གསུངས་པར་གྲགས་སོ།

## (གཉིས་པ་རྒྱ་གར་ལ་བྱོན་ནས་སྤྲ་མ་རྣམས་དང་ མཇལ་ཏེ་ཆོས་ལུས་ཚུལ་ནི།)

དེ་ནས་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོན་པར་དགོངས་སྟེ་གསེར་སྒང་བརྒྱུད་ཅུ་ཅམ་བསྐྱམས་ནས་  
འཁོར་མ་བྱིད་པར་བྱོན། བལ་པོ་སྒྲུ་མཆེད་དང་མཇལ། གསེར་གྱིས་མཉེས་པར་བྱས། རྒྱ་  
གར་དུ་ལེབས་སྟེ་ན་རོ་མི་འིས་གཙོ་མཇེད་སྤྲ་མ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀའ་བྲིན་གྱི་གཏང་པག་  
ལུལ། རྒྱུད་མན་པག་སྤྲ་མ་གསན་པ་རྣམས་གསན་ཞིང་། གསན་པ་རྣམས་དོགས་དཔྱོད་  
མཇེད། དཔེ་དགོས་པ་རྣམས་བྱིས།

དེ་ནས་རྗེ་མར་པ་རྒྱ་གར་གར་ཕྱོགས་སུ་བྱོན་ཅན། ར་ལའི་ཆོང་འདུས་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་  
གྱི་སྒང་དུ་བྱོན་པ་ལི་དུས་སྟེ། རལ་འབྱོར་མ་རྒྱུན་ཅན་གཉིས། རྒྱུན་མེད་གཅིག་དང་གསུམ་



གྱིས་གར་མང་པོ་བྱས་ཤྱ། རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་བཞིན་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་འགྲུར་མང་དུ་བྱས་  
པའི་ཆོ། རྒྱན་མེད་དེ་ལ་དབྱལ་བའི་དབུས་ན་ཡང་སྤྱན་གཅིག་འདུག་པས་སྤྱན་གསུམ་པར་  
མཐོང་ངོ།།

དེ་དག་གིས་གར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་ཁྱད་པར་ཅན་སྟེས་སྟེ། རྒྱ་གི་  
མར་མཁུན་ནས། དེ་དག་ལ་འབྲས་སྟིམ་པ་གསུམ་ཡང་སྤལ་ནས་ཡིད་གྱིས་མོས་གྲུས་  
བྱས་ནས་ཁྱེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་གི་མ་ཡིན་ན་བདག་རྗེས་སུ་ཟུང་ཞིག་བྱ་བའི་གསོལ་བ་ཡིད་  
གྱིས་བཏབ་པས། དབུས་ཀྱི་དཀར་མོ་དེས་སྒྲུབ་པ་གཙོད་བ་རྩོལ་ཤིང་སྒྲུག་སྤངས།  
འདིའི་མ་ཕྱི་མ་ཆང་ཕྱིས་རྟེན་ན་བཞུག། གཡས་ཀྱི་དམར་མོ་དེས་གསུངས་པ་ནི།

རྟོག་གའི་སྒོ་ཡིས་བརྗོད་པས་དབག་པར་དཀའ།  
ཆོག་ཆོགས་གས་བརྟན་བྲག་ཆས་བཟུང་དུ་མེད།  
ཐོས་བསམ་སྟོས་པའི་མཚན་མས་གཡངས་པ་རྣམས།  
རི་དྲགས་སྒྲི་སྒྲི་སྒྲིག་པ་ཉིད་དང་མཆུངས།

སྒྲ་སྒོའི་ཕྱིར་འབྲངས་ལན་ལྔའི་ཆུ་འབྲངས་འདྲ།  
བརྗོད་པས་མི་གོ་བཟུན་པས་མི་གོ་ཞིང་།  
བསམས་ཀྱང་མངོན་སུམ་ཉམས་སྦྱོང་འབྲུང་མི་འགྲུར།  
འདི་ནི་སྒྲ་མེད་དོན་དམ་ལམ་ཞུགས་པ།  
སངས་རྒྱས་འདྲ་བའི་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཡི།  
ཞབས་ཐིལ་སྒྱི་པོར་སྒྲངས་སྟེ་བཏུད་ཐུར་ན།  
དབལ་ལྟན་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་ཉམས་སྒྲངས་ཆོ།  
ན་མཁའ་སྒྲིན་བྲལ་རབ་ཏུ་དངས་པ་ལྟར།  
རྟོག་པའི་རྒྱུད་གིས་མི་སྒྲིད་རང་དངས་པ།

དཔྱའི་ཚོགས་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་བཞིན།  
 ལྷན་ཚོགས་རབ་དངས་སྒོ་ཡིས་ཁ་སྐྱེ་ནས།  
 ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སེམས།  
 ལྷང་སེམས་དངོས་པོའི་ཚོགས་ཀྱིས་རང་སྟོང་བ།  
 ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་རབ་ལས་འདས་ནས།  
 གསང་བའི་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ལས།  
 ཉམས་སྦྱང་དྲོད་རྟགས་ཅ་རྒྱབས་ཚོལ་བྲལ་བ།  
 སྤྱིང་བའི་དོན་ལྷན་འོད་གསལ་བླ་ན་མེད།  
 མ་བཅོས་སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ལྷན་ཅིག་སྦྱེས།  
 བདེན་པས་སྟོང་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ལམ།  
 གསང་ཆེན་བདེ་བའི་ནོར་བུ་འདི་རྟེན་ཆེ།  
 གཞན་དོན་དྲི་མ་བསལ་བྱིར་འབད་སྟེ་སྒྲོམ།  
 དེ་ཉིད་དམིགས་མེད་ཏིང་འཛིན་སྒྲོམ་རང་བཞིན།  
 སྒྲོམ་དུ་མེད་པ་ཐུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་ལྟོས།

ཅེས་གསུང་གི་སྒྲོས་པ་གཅོད་པ་དོ་རྗེའི་སྒྲུ་ཚོས་ཉི་ཤུ་པ་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་གཡོན་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་གྲི་མ་རྒྱ་མདོག་ནག་མོ་དེས་ཚིགས་སུ་བཅད་ཆེ་གསུངས་པ་ནི།

ང་ནི་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ཐུགས།  
 སྒྲོས་བྲལ་མི་འགག་རྣམ་པར་དག་པའི་སེམས།  
 གཟུགས་མེད་ཁམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།  
 ཡིད་ནི་ང་ཡི་རང་བཞིན་ལྷན་ཅིག་སྦྱེས།  
 ཅོད་ཏེ་བཟང་རྒྱ་གྲི་རྩོག་ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱིས་གདུལ་བུའི་དོན་རྣམས་བྱེད།

ལུས་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཁལ་ལ་སྦྱོད་པ་སྟེ།

ཨེ་མ་རང་བྱུང་གདོད་ནས་ལྷན་གྱིས་བྱུབ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་བདག་གིས་བརྟེན།

ཚྭ་གས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱིས་བཞོད་པའི་གནས།

དོ་རྗེའི་ལུས་འདི་ལ་ནི་འདི་ལྟར་གནས།

རིན་ཆེན་ལྡན་གྱིང་དཔག་བསམ་གྱིང་ཆེན་ལ།

བརྟེན་ནས་གྲོང་ཁྱིམ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་དང་།

དུར་ཁྱོད་ཆུ་པོའི་དོགས་དང་ནགས་འདབ་དང་།

ཆུ་ཁྲུང་རྒྱུང་བུ་བྱ་ཚོགས་གནས་པ་སྟེ།

གསང་བ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གྲོང་གཉིས་ལ།

གཡོ་བའི་ཆེན་དོན་དམ་ཀྱན་ཚོ་བ་སྟེ།

སྒྲིལ་གས་གནས་ལས་གྲོལ་བའི་གནས་ཉིད་སྟེ།

ལྷན་བྱུབ་གནས་ཆེན་བཞི་ནི་མི་བྱེད་པའོ།

དབང་པོ་དང་ནི་ལུལ་ནི་བརྩ་རྣམས་ལས།

ཁྱིམ་གཉིས་དང་སྟོང་སྒྲག་གཅིག་དང་ནི།

བརྒྱ་སྒྲག་དུག་དང་སྒྲག་ཚོལ་ནི་རྩེ་ལས།

རེ་རེ་བཞི་ལྷན་བྱེད་བྱེད་ཉི་ཤུར་ལ།

བརྒྱ་སྒྲག་དུག་དང་བདུན་ཅུ་ཅུ་ལས།

རྒྱ་ཉིའི་དབུས་སུ་བྱུང་སྟེ་ཉེ་བ་དང་།

གསང་བ་སྒྲིང་ག་མ་གྱིན་པའི་གནས་རྣམས་ལས།

ཡང་དག་ཏུ་ཞིང་སྤྱོད་ཡང་གནས་དེར་ཐིམ།  
 རྒྱུ་རྣམས་ལྟོག་པས་རྩ་བའི་གནས་སུ་ཐིམ།  
 རྩོམ་པས་བསྐྱེད་དང་མ་སྐྱེད་གནས་རྣམས་ལས།  
 དཀར་དང་དམར་དང་ཕྱོད་པའི་བྱེ་བྲག་ལས།  
 བདེ་བ་འཕེལ་བ་རྒྱ་གནས་གོང་དུ་དཔེལ།  
 ཟག་བཅས་བདེ་བ་འཛིན་པ་ལས་འདས་སྟེ།  
 ཟག་མེད་བདེ་མེད་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ལས།  
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་མེད་བརྩུ་བྱས་ལས།  
 དཀར་ཕྱོགས་ལྷ་པོ་མཐའ་དང་ནག་པོ་ཡི།  
 ཕྱོགས་རྣམས་སྤྱིད་པའི་མཐའ་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཞིང་།  
 བྱེད་ཐིམ་བཅོ་ལྔ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་ནི།  
 གཉིས་གཉིས་ཐིམ་ཞིང་མི་འགྱུར་བརྩུ་བྱས་ས།  
 རྩ་ཡི་འཁོར་ལོར་བདེ་བའི་ལམ་རྩོགས་སྟེ།  
 གསང་བ་སྤྲོད་མེད་པའི་ལམ་རྩོགས་པའོ།  
 རྩ་རྒྱུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས།  
 གཏུག་མ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟེ།  
 བདེ་གསལ་མི་རྟོག་གནས་པ་མེད་པ་ཉིད།  
 གཉིས་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས།  
 དེམ་པས་བསྐྱོམས་པས་ས་རྣམས་བསྐྱོད་འགྱུར་སྟེ།  
 ཟུང་འཇུག་རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལམ་མཐར་ཕྱིན།  
 སྤྲོད་ཐེག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ།

འབྲས་ཁུའི་དོ་རྩེའི་ཐེག་པ་མཐར་ཐུག་པའོ།

ཞེས་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲོས་པ་གཙོད་པའི་དོ་རྩེའི་སྒྲུ་ཚལ་བཙོ་ལྷ་པ་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་  
ཀི་མ་གསུམ་པོ་དེས་སྒྲོས་པ་གཙོད་པའི་ཚལ་གསུམ་གསུངས་སྟེ། དེ་དག་གི་དོན་རི་ལྷ་  
བར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་ནས། གསང་བ་བླ་ན་མེད་པའི་ཚལ་ལ་ངེས་པ་བསྟན་པ་ནས་ལའབྱོར་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དྲི་མ་སེལ་བ་དོ་རྩེའི་སྒྲུ་འདི་ལྷ་མོ་གསུམ་པོས་མགིན་གཅིག་ཏུ་གསུངས་སོ།

ཀྱི་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དབང་ཐུག་རྣམས།

བླ་མེད་ཐེག་པར་རབ་ཞུགས་ནས།

ཚེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱེད་པ།

མཚན་ལྡན་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་གྱི།

སྒྲུལ་པ་སངས་རྒྱས་མཛད་པ་བྱེད།

མཉམ་མེད་བླ་མ་བསྟེན་པར་བྱ།

མཆོལ་མེ་དོག་བཅས་ལུལ་ནས།

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པ་ཡིས།

སྒྲོ་གསུམ་བླ་མའི་ཕྱོགས་སུ་བཏང་།

བརྩོན་འགྲུས་ཅན་གྱིས་གསོལ་བཏབ་པས།

བླ་མའི་དྲིན་གྱིས་རང་སེམས་ཀྱི།

ཡེ་ཤེས་རྒྱད་ཅིག་ཉིད་ལ་ཐོབ།

བསྒྲོམ་པར་བྱ་བསྒྲོམ་པ་མིན།

ཅེ་གཅིག་སེམས་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་ལས།

མ་ཡིངས་བརྩོན་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ།

དང་པོར་སྒྲུབ་པ་སེམས་སྒྲུའོགས།  
གཉིས་པ་སེམས་ཉིད་སྒྲོང་པར་རྟོགས།  
གསུམ་པ་སྒྲུབ་སེམས་གཉིས་མེད་རྟོགས།  
བཞི་པ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་གར།

རང་བྱུང་རང་ཞི་མི་རྟོག་པ།  
རྣམ་རྟོག་ཚུ་ཡི་ཐ་སྐབས་བཞིན།  
རང་ལས་བྱུང་ཞིང་དེ་རུ་ཐིམ།

འབད་ཚོལ་རྣམ་པར་བྲལ་བ་ཡི།  
ཆོས་ཉིད་བདེ་ཆེན་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི།  
འཁོར་དང་ལྷ་དན་འདས་པའི་ཆོས།  
དང་པོ་སྒྲུལ་དང་བྲལ་བར་རྟོགས།

དེ་ནས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱན།  
ལན་ལྷ་ཚུ་ལ་ཐིམ་པ་འམ།  
ཚུ་བྲན་སྒྲ་ཆོགས་ཐ་དད་ཀྱང་།  
རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་རོ་གཅིག་བཞིན།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དགོངས་པ་མཆོག།  
དུ་མ་རོ་གཅིག་འཆར་བར་འགྱུར།

ཨེ་མ་རྟོ། མ་སྒྲེས་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་ཀྱན་དུ་སྟོང་།  
རང་བཞིན་མི་འགག་རོལ་བ་ཆེན་པོའི་སྟོང་།  
གདོད་ནས་རྣམ་དག་དྲི་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས།

སྒྲིམ་མེད་སྒྲིམ་པའི་མཆན་མས་སྟོང་པའོ།།

ཞེས་གསུངས་སྟེ། ལམ་ཚོལ་སྐྱབ་དང་བྲལ་བ་དོ་རྗེའི་གྲུང་གསུངས་སྟེ། ཅུས་དེར་གསང་བའི་དོ་རྗེ་སྒྲིམ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་མངོན་དུ་གྱུར་ནས་ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་བྲལ་ན་མེད་པས་རྒྱད་གང་བར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་རྣལ་འབྱོར་མ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ན་མཁའ་ལ་འཇའ་ཡལ་བ་བཞིན་དུ་མི་སྤྱང་བར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་འདུག་ས་དེ་ཉིད་ཏུ་ཉིན་ཞག་གསུམ་སོང་ནས་འདུག་སྟེ་སྤར་གྲོང་ཁྱེད་དུ་བྱོན་ནས་བརྗེད་ཀྱིས་དོགས་ནས་ཏ་ལའི་ལོ་མ་ལ་ཡི་གེར་བཞོད་པའོ།།

དེ་ནས་ར་ལའི་གྲོང་ཁྱེད་ཀྱི་དབུས་ན་སྟོབ་དཔོན་ནག་པོ་ལ་བ་པའི་སྐུ་ལུས་ཀྱི་ལྷགས་པ་ལ་བདེ་མཆོག་ལྟ་དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་ཅ་རིས་སུ་བཞུགས་པ་ཡོད་པ་དེ་རྟེན་མ་ལ་ཨ་ནན་ཏ་ཅེས་བྱ་བའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ན་བཞུགས་སོ། །དེ་ལ་ཆོས་བརྩའི་རུབ་མོ་དྲ་ཀི་མ་མང་པོ་འདུས་ནས་ཆོགས་འཁོར་བྱེད་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་པ་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གྱིས་མི་བཞོད་པ་ཡོད་པ་དེར་བྱོན་ནས། དེ་ཡི་རུབ་མོ་རྣལ་འབྱོར་པ་བརྩལ་ཞུགས་སྟོན་པ་ནག་པོ་བ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ཨ་མ་རྩ་ཏི་བ་དང་། སྤྱི་པ་ལ་སོགས་པ་རྣལ་འབྱོར་པ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྟ། རྣལ་འབྱོར་མ་ཅུན་རྩ་མ་དང་། ཨ་མི་ལ་རྟེད་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་གང་ལྟ་ལ་སོགས་པ་སུམ་ཅུ་སོ་བདུན་གྱིས་དབལ་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཆོགས་འཁོར་བྱས་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་མ་བདེ་མས་རྗེ་བརྩན་ཉིད་ལ་ཡང་བདེ་བ་སྐྱུ་ཉམས་སུ་བསྟར་སྟེ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཉམས་བསྐྱེད་དོ། །ལྷ་ཁང་དེའི་ཐ་མ་ནི། རུབ་མོ་བཞིན་ཅེ་ཅང་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་འཐིབས་པས་འགྲོ་བ་གཞན་གྱིས་རྒྱ་དབང་མེད་རྟོ།།

དེ་ནས་ནམ་ནངས་པའི་ཆོ་མར་མེ་ཡང་སྤར་ཆེར་གསལ། ཁང་བཟང་འོད་ཀྱིས་གང་། ག་སྤར་དང་ཅན་གྱི་དྲི་བཟང་པོ་ཡང་བྱུང་། ས་ཡང་རྩེ་ཟད་གཡོས་པའི་ཆོ་ཡལ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞིའི་དབང་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མས་ན་མཁའ་གང་བར་གཟིགས་སྟེ། དེ་དག་གིས་མགྲིན་

གཅིག་ཏུ་དོ་རྩོམ་འདི་གསུངས་སོ། །ཏ་ཏ་ཏ་ཏ། སྐྱ་ར་རྩ་ན་ལ་བདེ། ར་རྩི་ཏ་ས་བྱ་  
བ་བ་ལ། རྩ་ག་ན་ཐ་ཐ་ཐ་ཐ། བྱི་ར་མ་ཐ་ཐ་ར་ན་རྩ་ཤི། ཞེས་བྱུང་སྟེ་བདེའི་ཆོག་གོ།

ཐོག་མཐའ་དབུས་ཀྱི་སྒྲོས་པ་ལས་འདས་པ།

དྲུག་གསུམ་སྒྲུ་མ་ན་མཁའི་རང་དུ་ཐིམ།

སྒྲུང་པོ་སེང་གེ་རིན་ཆེན་ལོ་ར་བྱུང་མས།

མི་ཐུང་དོ་རྩོམ་པ་པོ་གསུངས་སྟེ་སྒྲོས་པ།

ཅེས་གསུངས་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཚར་བར་གྱུར་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་སྒྲིམ་སོ། །  
དེ་ནས་སོ་སོའི་གནས་སྟེང་ལོང་། །དེ་ནས་སྒྲུང་བྱ་གར་དབུས་སྟེ་འོངས་ནས་དཔལ་ལྷན་  
ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོའི་དྲུང་དུ་འོངས་སོ། །འདི་ནི་རྩོམ་པ་སྒྲུག་པ་ལ་ལན་གསུམ་བྱོན་པའི་  
བར་པའི་རེས་ལ་གསུངས་སོ། །དྲ་ཀི་མ་གསུམ་ཀྱི་སྒྲོས་པ་གཅོད་པའི་གདམས་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་དཔལ་ལྷ་ལེན་པ་བསྒྲུར་ཅིང་གཏན་ལ་ཐབ་ནས་གདན་དྲངས་སྟེ་མར་བ་མགོ་ཡགས་ལ་  
གནང་བའོ།

དེ་ནས་ལམ་དུ་ལྷ་ལེན་པ་སྒྲུ་ལེན་ཀྱི་ཆོགས་བྲལ་དུ་ན་རོ་བས་བསྐྱུས་པའི་མཆེད་  
གོགས་ཁ་ཆེའི་པརྩི་ཏ་ཤི་རྩ་བས། བ་རོ་མི་ཉི་དགོངས་པ་གང་ཟབ་པར་འདུག་དྲིས་པ་ལ་  
མི་ཉི་བའི་དགོངས་བཞེད་མཁུར་དུ་བཞེངས་པ།

གསན་དང་སྟིང་གོགས་དཔལ་བཟང་པོ།

ང་མར་བ་བྱ་བའི་བརྟེ་ལ།

ན་རོ་མི་ཉི་དགོངས་པ་གཉིས།

གང་ཟབ་གསུང་བས་དབྱངས་འདི་ལེན།

སེང་གེ་རྩ་བའི་ན་རོ་བ།

ཀུན་གྱི་ནང་ནས་རིན་པོ་ཆེ།



དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་མཛད་པའི།  
དགོངས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱ་གསལ་མངའ།

རྩེ་རྩམ་རྩ་རས་བྱ་གསལ་རྩེས་བཟུང་།  
པཎ་ཆེན་དེ་ཡི་ཞབས་པད་ནི།  
དེང་སང་བདག་གི་གཙུག་གི་རྒྱན།  
ཁོང་གི་དགོངས་པ་འདི་ལྟར་གདའ།  
སྒྲན་ལྟན་ནི་གསལ་ལ་བྱ་གསལ་གཏད་འཆའ།

ཆོས་སྐྱའི་མཁའ་ལ་ཡེ་ཤེས་སྒྲིན་སྤང་འཁྲིགས།  
ཆར་རྒྱན་སྐྱུལ་པས་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བྱབ།  
རྒྱད་ལ་མ་ཆད་སྐྱེས་བྱ་བྱ་མ་མཆོག།  
དེ་ལ་སྒོ་གསུམ་བྱས་པས་བྱ་གསལ་འཆའ་ལོ།

ཆོས་སྐྱ་ན་མཁའ་ལྟ་བུ་དེ།  
སངས་རྒྱས་རྩོམ་རྩེ་འཆང་ཆེན་ཡིན།  
ཡེ་ཤེས་སྒྲིན་སྤང་འཁྲིགས་པ་དེ།  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གཉིས་ཡིན།  
ཐིན་ལས་བདུད་ཚིའི་ཆར་འབབ་པ།  
རྩེ་བཙུན་བུམ་ཟེ་ས་ར་ཏ།  
སྐྱུལ་པས་འགྲོ་དོན་མཛད་པ་དེ།  
རི་ཁྲོད་དབང་ལྷན་གཤམ་པ།  
དེ་ཡི་བརྒྱུད་པ་མ་ཆད་པ།

མངའ་བདག་རྒྱལ་སྤྱི་མི་ལགས།

དམ་པ་དེ་ལས་དྲིན་ཐོབ་པ།

གོ་ལྷགས་དགོངས་པ་འདི་ལྟར་གདུང།

འཁྱུར་མེད་རིག་པ་རང་གསལ་འདི།

ཆོས་རྒྱ་རྒྱུ་བ་མེད་པར་བཞེད།

རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འགག་མེད་ནི།

སྤྱི་ཆོགས་རྒྱལ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་བཞེད།

དེ་གཉིས་རྒྱུང་འཁྱུར་ལྷན་རྒྱུ་དེ།

ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་བཞེད།

དེ་གསུམ་གཞི་རྩ་མ་གྱུ་བ་པ།

ངོ་ཐོ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་བཞེད།

དེ་དག་ཟག་པ་མེད་པ་དེ།

བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རྒྱུ་བཞེད།

དོན་གྱི་རྒྱ་ལྡན་ལྟར་ལགས།

དེ་ཐུགས་ལ་བདེ་འམ་སྒྲིང་གི་གོགས། །ཅེས་གསུངས།

ཡང་ལྷ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་ཅི་ལྟར་བཞེད་ཀྱི་ལན་དུ།

ཐུགས་གཞན་དུ་མ་གོ་ལ་གསན་པར་ལུ།

ཆོག་གི་སྤེབ་སྤྱོད་མི་མཁས་ཀྱང་།

དོན་གྱི་གདམས་ངག་གོ་ལྷགས་འདི།

སྤྱན་རླུང་དགྱིད་པས་འཇལ་བར་མཛོད།

སྤྱིད་གསུམ་ཡེ་ནས་རྒྱུ་པར་དག།  
 རོན་དམ་ཡེ་ནས་གོ་རྒྱུ་མེད།  
 མེད་པ་མ་ཡིན་རྒྱུ་ཆད་མེད།  
 འཕོ་འབྱུང་མེད་པ་ལྟ་བར་བཞེད།

གཞུག་མའི་ངོ་པོ་ངང་གིས་གསལ།  
 ཟག་མེད་བསམ་གཏན་རྒྱུ་ཆད་མེད།  
 མེད་པ་མ་ཡིན་འདྲུ་འབྲལ་མེད།  
 ཞེན་ཆགས་མེད་པ་སྒྲོམ་བར་བཞེད།

སྒྲ་ཆོགས་རྟེན་འབྲེལ་ཤུགས་འབྱུང་ལ།  
 རྒྱུ་མའི་ངོ་ལ་པ་འགག་པ་མེད།  
 མེད་པ་མ་ཡིན་དངོས་པོ་ལ།  
 བོ་བྱར་ངེས་མེད་རྒྱུ་དྲ་བར་བཞེད།

སེམས་རྒྱུད་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོར་གསལ།  
 རྒྱུ་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱར་མེད།  
 མེད་པ་མ་ཡིན་རེ་དོགས་བྲལ།  
 གཞི་མེད་ཅུ་བྲལ་འབྲས་བྱར་བཞེད། །ཅིས་གསུངས།

ཡང་གདམས་ངག་ཅིག་ཆར་དུ་འདེབས་སམ། རིམ་གྱིས་འདེབས་གྱི་ལན་དུ།  
 རྟེན་ཅག་མཆེད་གྲོགས་གོང་མ་རྣམས།  
 རེད་གྱི་རྩེ་བཙུན་མི་ཉི་པ།  
 རྒྱུན་རས་གཟིགས་གྱིས་ལུང་བསྟན་པའི།

འགོ་མགོན་ཀླུ་རྒྱལ་ཐུགས་ཀྱི་ཐུགས།  
 ས་མ་ར་པའི་ཞབས་ལ་གཏུགས།  
 སུམ་ལྷན་ཆང་བར་རྩེས་གནང་མཛད།  
 གསང་མཆོན་གཉིས་མེད་རྩོ་རྩོ་བཏགས།

ཁོང་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ལྷ་མོ་ལ་འཛིན།  
 གསང་ཐུགས་ཐབས་ལམ་མཛོད་དུ་བྱུང།  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཆོས་ཀྱི་མཛོད།  
 ཆོས་ཀྱི་སངས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ།  
 རྒྱ་དང་དབྱ་ཆད་མཐའ་དག་མཆོད།

པའི་ཏ་ཡིས་དངོས་བྱུང་བརྟེན།  
 དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་མེད་མཆོད།  
 རྒྱལ་མཛོད་རྒྱ་བཞིན་དོར་བྱས་ནས།  
 ཆོག་ཅིག་མཆོག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ།

རྩོམ་པ་པོ་ལྷན་ཁུངས་ཀྱི་པེང་མཆོད་པོ་ལ།  
 ཐུག་མོང་བརྒྱལ་པས་ཐམས་ཅད་ཐོབ།  
 དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་བརྟེན།  
 ས་ཁོང་གི་དགོངས་པ་འདི་ལྟར་གདའ།

རིམ་བར་རྒྱུས་པའི་གང་ཟག་ལ།  
 ཐོག་ཚུལ་གཏུམ་མོའི་གདམས་ངག་དང་།  
 ཞེན་མེད་རྒྱ་ལུས་ཀྱི་གདམས་ངག་དང་།

སུན་སེལ་འོད་གསལ་གྱི་རྩོད་དང་།  
 སྤྱིད་པ་ཡོངས་སྤྱིའི་རྩོད་དང་།  
 སྤྱི་བ་སྤྱལ་སྤྱིའི་རྩོད་སྟགས།  
 ཐབས་མཆོག་གཞི་ལམ་འབྲས་བྱས་འབྲིད།

གཅིག་ཆར་བ་ཡི་གང་ཟག་ལ།  
 བྱག་ཆེན་ཅེར་མཐོང་རྩོད་མཛད།  
 ལ་ཁོང་མཐོང་སྒོ་གསུམ་དད་བ་སྟེས།  
 ཐོས་ན་ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་བ་འདག།  
 མཛལ་ན་ངན་སོང་འཛིགས་ལས་གྲོལ།  
 ལྷས་ན་སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་གནང་།

དཔལ་རི་ཁྲོད་དབང་ལྷག་གི་རྒྱད་པ་འཛིན།  
 དཀ་ཆེན་ན་རོའི་ལྷགས་ཀྱི་སྟེས།  
 སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་རིན་པོ་ཆེ།  
 རྩེ་མི་ཉི་པ་ཡི་ཡོན་ཏན་ལགས།

དེར་སངས་སྤྱི་བོ་ཕྱ་དོག་ཆེ།  
 དཔུན་ཁྲིད་ཉིད་མ་གཏོགས་བཞུས་པ་ན།  
 ཡོན་ཏན་མི་འཕེལ་ཟག་པ་འཕེལ།  
 དེ་ཕྱིར་ཕལ་ལ་གསང་བ་ལགས།  
 སྤྱི་མའི་མཛད་སྤྱོད་དེ་ལྟར་གདལ།  
 ལེགས་སམ་སྐལ་ལྷན་དོ་རྩེ་དཔུན།



སྟོན་རྒྱུ་གི་གདམས་པ་ཁྱད་པར་བ་དང་། འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་གི་གདམས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཡོད་པས་ལན་གཅིག་ཅིས་ཀྱང་ཤོག་ཞིག་ཞེས་གསུང་བ་ཚིག་ཐུགས་ལ་  
འཇགས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས། བདེ་འཛིན་མ་དགོངས་བཞིན་དུ་སྐར་མཇལ་བའི་དམ་  
བཅའ་སྟོན་ལམ་མཛད་ནས་ལམ་ལ་མ་ཐོགས་པར་བོད་དུ་ཐེབས།

མི་སྟོན་གི་སར་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ལས་མགོ་ལོགས་ལ་སོགས་པས་བསུས་སྟེ་  
གདན་སར་ཐེབས། རྗེ་མི་ལས་ཐོག་པ་རིམ་དགུའི་མཐར་ཐིག་བ་དང་། རྒྱུད་པ་ཐིག་གིས་  
སྐོབ་པའི་ཆེད་དུ་སྐྱུ་མཁར་དགུ་ཐོག་ཁྱུར་བཞི་ལོགས་དང་བརྒྱད། ཕུ་མོ་རིན་པོ་ཆེ་འབར་  
བ་ལྟ་བུ་བྱམས་དབུ་ཅེ་དང་བཅས་པ་ཅིག་དུ་བཅུག་པ་ལོགས་པར་ཟེ།

རྗེ་གི་འབུལ་ཆེན་གསུམ་པ་སོགས་ལུས་ལྷན་གྱིས་འབུལ་ཞབས་རྒྱ་ཆེར་མཛད།  
རབ་གནས་དག་འཕྱོར་དང་སྐྱས་གྱི་ཆེ་འདོན་ལྟན་ཅིག་མཛད་པའི་ཆེ། རྗེ་མར་པའི་སྐྱས།  
ལུམ་བདག་མེད་མ་ལ་འབྱུངས་པ་ཐུགས་དམ་མདོ་མར་བཞེད་དུས་འབྱུངས་པས་མཚན་  
དར་མ་མདོ་ལྗེ་འམ་མདོ་ལྗེ་འབུམ་ཞེས་བྱ་བ། སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་ཡོན་ཏན་ལྷ་མེད་པ།  
རིག་པའི་གནས་ལྟ་མཁྱེན་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཅིག་བཞུགས་པ་དང་། ལུ་ཆེན་  
རྣམས་ཆོས་གཏམ་མཛད་པས་སྐྱས་རྒྱལ་སྟེ་སྐྱས་གྱིས་ཐུགས་རྒྱལ་མཛད།

ལུ་ཆེན་རྣམས་ལ་བརྟན་པ་རྩུང་ཟད་མཛད་པས་ལུ་ཆེན་འདི་རྣམས་ལ་འདི་ལྟར་མི་  
རིགས་དགོངས་ནས་མདོ་ལྗེ་འབུམ་པེད་རང་པ་སྤྱད་ཆོས་གཏམ་བྱའོག་གསུངས་ནས་ཡབ་  
སྐུ་ཆོས་ལ་སྤྱེད་ས་པས་ཀྱང་སྐྱས་རྒྱལ་བས། སྐྱས་གྱིས་དཀའ་ལས་རྒྱ་བས་བྱས་རྩུང་  
དཔོན་གྱུ་བ་བཟར་བུས་ལེན་བྱ་བ་ལགས། དཀའ་ལས་པ་རྗེས་མཛད་རྩུང་ཆོས་བདག་  
གིས་ཤེས་པར་འདུག་གསུང་ནས་བཞེད་པས། ལུ་ཆོས་མཁས་པ་པ་རྗེའི་བཀའ་བྲིན་ཡིན་  
ཞིང་། ང་ཡང་དེ་ག་འདོད་རྩུང་། ང་རྒྱལ་གྱི་སྤྱང་ལུ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མི་འཆགས་པ་ཡིན་  
པས། ང་རྒྱལ་མ་བྱེད་པར་འདི་ཉོན་ཞིག་ཞེས་གསུངས་པ།

## (སྤྲུལ་ལ་བཀའ་འོན་གྱི་མཁུར།)

འཇགས་ན་དང་རྩོམ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ད་ཆེ་དང་ད་ཆེ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 དེ་ལྟར་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 དཔལ་ཆེ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལོངས་སྤྱོད་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལྷ་མ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།

འཇགས་ན་དང་རྩོམ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།

འཇགས་ན་དང་རྩོམ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 དཔལ་ཆེ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལྷ་མ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།

འཇགས་ན་དང་རྩོམ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལྷ་མ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལྷ་མ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།  
 ལྷ་མ་མཁའ་པའི་རིམ་ཚར་བརྗོད་པ།



ཕ་གསལ་དང་རྩལ་མདོ་ཐེ་འབུམ།  
 ངས་ཐོན་སྤྱོད་མ་གསུ་སྤྱོད་ཕྱི་པ་ཡིས།  
 ཀླུ་པ་འཁོར་ལོའི་མཚན་དང་ལྷན།  
 ལུ་ཐུགས་འཁོར་བ་དེ་ལྷ་ལགས།

ཕ་གསལ་དང་རྩལ་མདོ་ཐེ་འབུམ།  
 ངས་རྒྱད་དང་རྒྱད་འགྲེལ་མན་ངག་གསུམ།  
 ཚིག་དོན་མ་ཞོར་མཁས་པར་བསྐྱབས།  
 བསྟན་པ་དང་བ་དེ་ལྷ་ལགས།

ཕ་གསལ་དང་རྩལ་མདོ་ཐེ་འབུམ།  
 མེས་རྒྱལ་མཚུར་སྟོན་མགོ་ལགས་བཞི།  
 སྟོང་དང་འདྲ་བའི་བྱ་བཞི་ཡིན།  
 རྒྱད་འགྲེལ་འཆད་པ་དེ་ལྷ་ལགས།

སྤྱོད་མ་ཅི་གསུང་སྤྱོད་པ་དེ།  
 མི་ལ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་ཡིན།  
 གདམས་ངག་སྟེར་བ་དེ་ལྷ་ལགས།

ཕ་གསལ་དང་རྩལ་མདོ་ཐེ་འབུམ།  
 བ་རྩེ་རྩེ་སོ་བཀས་ནས་གདའ།  
 ཚོས་ཉིད་ཀྱང་ཟད་སར་འབྱོལ་ནས་གདའ།  
 མདོ་སྤྱོད་དུས་ལ་བབ་གདའ་བས།  
 ཆེ་མཁས་ཀྱིས་བསྟན་པ་སྤྱོད་མཛོད་ཅིག།

མི་ཆེན་གྱི་བསམ་པ་གྲུབ་པ་ལགས།

ཅེས་གསུངས་པས་སྤུ་གི་ཐུགས་སྒྲུབ་ཞི་ཞིང་། ཡལ་པ་སངས་རྒྱལ་དངོས་ཀྱི་འདྲ་  
ཤེས་སྒྲེལ་སྟེ། དེ་ཀྱང་ཅེས་དུང་གསུང་ལྷོག་པར་མི་བྱུང་ཞེས་དམ་བཅས་སོ།།

དེ་ནས་མཐུག་ནས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་མཛད་ཅེ། རྗེ་མཁའ་མཁས་པ་ཀྱི་ཤིས་མཛད་གསལ་གྱི་  
མཁུ་མ་གསུངས་པ།

སྒྲ་མ་བཀའ་རྒྱུ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ངའི་སྐད་པ་ཟིན་ཆེན་འདི་ཉིད་ལ།།

ཉེས་ལྟོང་མེད་པའི་བཀའ་ཤིས་ཡོད།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

གདམས་ངག་ཟབ་མོའི་ཉི་ལམ་ལ།

ནོར་འབྲུལ་མེད་པའི་བྱ་གུ་གིས་ཡོད།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ང་རང་མར་པ་ལོ་རྩེ་ལ།།

ཟབ་མོ་གནད་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཡོད།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ཐུ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ལ།།

བྱིན་བརྒྱབས་དངོས་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཡོད།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ལུ་ཆེན་སྒྲོབ་མའི་འཕྲོ་རྩེ་གསལ།

དད་པ་དམ་ཆེན་བསྟན་གྱིས་ཡོད།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ཡོན་བདག་ཡུལ་མི་ཉེ་རིང་ལ།།

མཐུན་ཤྱོད་ཚོགས་སོག་བཀྲ་ཤིས་ཡོད།།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ལས་དང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ།།

མདོ་དོན་བྱང་ཆུབ་བཀྲ་ཤིས་ཡོད།།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

སྣང་ཞིང་སྤྲིད་པའི་ལྟ་འདྲེ་ལ།།

ཆད་མདོ་བཅན་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཡོད།།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

འདིར་ཚོགས་ཁྲོམ་གྱི་ལྟ་མི་ལ།།

བདེ་སྤྲིད་སློན་ལམ་བཀྲ་ཤིས་ཡོད།།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཞེས་གསུངས།



(རྒྱ་གར་ལ་འབྱོན་ཐེངས་གསུམ་པ།

ཕྱི་མ་ལ་ཡང་སྤར་དང་འབྲ་བ་གསུམ་གྱི།

དང་པོ་གསེར་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་ན་མས་པ་སྐྱབ་ཏུ་བྱོན་ཚུལ་ནི།)

སྤར་དབུ་རུབྱང་ལ་གསེར་གྱི་འབུལ་སྤྱད་ལ་བྱོན། མགོ་ལོགས་གྱི་སར་དབང་བསྐྱར་  
མཛད་པའི་རྗེས་ཆོག་མཛད་དགོངས་པ་ལ་མནལ་དུ་ཡིད་ཅམ་སོང་ཆོ། མདུན་ན་ཚུར་བྱད་  
མེད་རུས་རྒྱན་ཅན་གསུམ་བསྐྱིགས་སྟེ། སྤར་གྱི་བཤའི་ཆོག་བཀོལ་ནས་མགིན་གཅིག་དུ།

མཁའ་འགོ་ན་མཁའི་མེ་ཉླ་གིས།

སྤན་རྒྱད་མོ་གཤམ་རྟ་ཞོན་ནས།

བཛྲེད་མེད་རུས་སྤལ་སྤྱས་བྲལས་སྟེ།

སྟེ་མེད་རི་བོང་རྩའི་ལུང་བས།

ཉེ་ལོ་ཆོས་ཉིད་སྒྲོང་དུ་བསང།

ཉེ་ལོ་སྐྱགས་པ་སྤྱ་བསམ་བཛྲེད་མེད་ཀྱིས།

ན་རོ་དམུས་ལོང་མཐོང་མེད་བདེན་མཐོང་གོལ།

ན་རོ་འོན་པ་ཆོས་ཉིད་ཆོས་སྤྱི་རི་བོ་ལ།

སྟོ་གོས་ཞ་བོ་འོད་གསལ་འགོ་འོང་མེད་པར་རྒྱག།

ཉི་ཟླ་དབྱེས་པ་དོ་རྗེ་སྟེ།

གར་མཁན་དུ་མ་རོ་གཅིག་ཡིན།

དུང་གི་སྟན་པ་ཕྱོགས་བརྩུར་གྲགས།  
 འབྲད་པ་སྟོད་ལྗན་དག་ལ་འབྲད།  
 འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོ་སྟེ།  
 བསྐྱོར་བ་སྟན་རྒྱུད་འཁོར་ལོ་ཉིད།  
 བུ་རྒྱུད་ཞེན་པ་མེད་པར་བསྐྱོར།

ཉེ་ལོས་ལུང་བསྟན་ན་རོའི་བ།  
 ལྷན་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་ཁྱོད།  
 ལུ་ལ་ཉ་རིའི་དགོན་པ་སྤ།  
 རྣལ་འབྱོར་དབང་ལྷན་ན་རོ་བ།  
 སྟེ་བ་མེད་པའི་དབྱིངས་སྤྲུལ་ལ།  
 ཁྱོད་བཞུད་ན་རེད་དང་འགྲོགས་ལ་གཤེགས།

ཟེར་བས་ཕྱགས་དམ་སད་སྟེ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་སྦྱན་ཆབ་སྤྲུལ་ལ་འདུག །དཔལ་ན་རོ་  
 པ་མཐའ་སྟོད་ལ་གཤེགས་པ་འདྲ། ཁོ་པོ་ད་ལྟ་འགྲོ་དགོས་པ་འདུག་གསུང་ནས་སྦྱར་དུ་  
 ཐེབས། རྟོ་པོ་ལུང་ཟངས་ལྷན་གི་ཆོས་ཁྱིན་སྐྱོད་གཅིག་གསུང་ཞིང་།

སྤྲུལ་སྤྲུངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ།  
 ལུན་གཅིག་ཆོས་བཤད་ལུན་གཅིག་བསྐྱོམས།  
 བར་དུ་བྱ་བའི་ལས་རྣམས་སྦྱངས།

མི་ལམ་ཇི་བཞིན་སྦྱུ་མ་དང་།  
 དྲི་ཟའི་གོང་ཁྱེར་ལྟ་བུ་སྤ།  
 བྱེད་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས།

གསུང་ཞིང་ཡོད་ཆོ་སྒྲ་མ་སྒྲུབ་ཡེངས་འདུག། སྒྲོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བྱད་མེད་གིང་ལོའི་  
གོས་གྱོན་པ་གཅིག་གིས་ཐུག་ཏུ་ཡི་གེ་ཞིག་སྤུལ་ནས་མི་སྣང་པར་སོང་བ་མཐོང་། ཡི་གེ་དེ་  
གཟིགས་ནས་སྒྲུབ་ཆབ་ཤར་བྱུང་། རྩེ་ན་རོ་བ་སྒྲོད་པ་ལ་གཤེགས་ཡོད་པར་འདུག་ངད་ལྟ་  
ཐུགས་ལ་འགོ་གསུང་། རྩེ་མི་ལ་གཉའ་གཉའི་བྲག་ལ་བཞུགས་པ་ལའང་མཁའ་འགོ་  
མས་མ་བསྒྲོམས་པར་འཆར་ཐུ་བ་འཕོ་བ་དང་གོང་འཇུག་ཞུས་ཅེས་ལུང་བརྟན་པ་ཞུས་  
པས། གདམས་པ་བྱུང་པར་བའདི་དག་གནང་བའི་དུས་ལ་བབ་ཅིང་མཁའ་འགོས་བསྐྱེལ་  
བས་ཁོ་བོ་ཅེས་ཀྱང་ཐུགས་ལ་འགོ། མི་མཇུག་མི་སྤྱིད་པ་ཡིན་གསུང་།

ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ། ཐུ་བོ་གརྒྱ་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་པ་སྤར་གསུང་  
བ་རྣམས་ཞུས་མྱེ་ནན་གྱིས་བཞུགས་པར་ཞུས་པས། འཛིགས་པ་དེ་དག་གིས་མི་གཞོད་  
པའི་གདེང་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅེས། **ཐུགས་ལ་འཕྱོན་གྱི་མགུར་གསུངས་པ།**

དཔལ་ན་རོ་དང་མི་རྒྱའི་ཞབས་ལ་འདུད།

ངས་ན་རོའི་བྱང་དུ་དམ་བཅས་པ།

དགོས་པ་མཆོག་ཞིག་ཡོད་པའི་བྱིར།

གསུང་མཁའ་འགོས་བདེ་བཀྲོལ་བསྐྱེལ་མཛད་པས།

སྒྲ་མ་དུན་མྱེ་བཟོད་སྒྲགས་མེད།

ང་ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་ཐུགས་ལ་འགོ།

འཆི་བ་སྒྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་ཐུགས་ལ་འགོ།

**དཔལ་མོ་དཔལ་ཐང་ཐང་དུ་ཆེ་ལགས་ཀྱང་།**

ང་ལ་རྣམ་ཤེས་རྒྱུད་ཞོན་གྱི་གདམས་པ་ཡོད།

འདི་མདོ་སྒྲག་པལ་གྱི་དོ་རྒྱ་མིན།

ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་ཐུགས་ལ་འགོ།

འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

ལ་ཁ་ལ་བྱ་ལ་གྱིན་དུ་གྲང་ལགས་ཀྱང་།

ང་ལ་གཏུམ་མོ་མེ་འབར་གྱི་གདམས་ངག་ཡོད།

འདི་སྒྲུ་ལ་གོས་པལ་གྱི་དོ་རྒྱ་མིན།

ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

བལ་པོ་གྱིན་དུ་ཚད་བཞེ་ལགས་ཀྱང་།

ང་ལ་འབྱུང་བ་རོ་སྒྲོམས་གྱི་གདམས་ངག་ཡོད།

འདི་བཟང་དུག་པལ་གྱི་དོ་རྒྱ་མིན།

ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

རྒྱ་པོ་གཏུ་རྒྱ་རྒྱ་ཆེ་ལགས་ཀྱང་།

ང་ལ་རྣམ་གཤིས་མཁར་ལྗིང་གི་གདམས་ངག་ཡོད།

འདི་གྲུ་གཟིངས་པལ་གྱི་དོ་རྒྱ་མིན།

ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

རྒྱ་གར་མཐའ་འཁོབ་ཐུག་ཆེ་ལགས་ཀྱང་།

ང་ལ་དཀའ་ཐུབ་རྒྱ་འབྱུང་གི་གདམས་ངག་ཡོད།

འདི་བཟང་བརྟུང་པལ་གྱི་དོ་རྒྱ་མིན།

ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།



འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་ཐུགས་ལ་འགོ།

ལམ་བར་དང་ལུལ་ཐུན་འཛིགས་པ་ཆེ་ལགས་ཀྱང་།

ང་ལ་མ་མོ་ཐག་ཆིངས་ཀྱི་གདམས་ངག་ཡོད།

འདི་རྒྱ་སྐྱེལ་ལལ་གྱི་དོ་རྒྱ་མིན།

ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་ཐུགས་ལ་འགོ།

འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་ཐུགས་ལ་འགོ།

སྒྲ་མ་ན་རོ་དང་མི་རྒྱུ་ཡང་ཐུགས་ན་བཞུགས།

དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོ་ཡང་ཐུགས་ན་བཞུགས།

རྟོན་མ་དུ་པོ་རྟོ་ཡང་ཐུགས་ན་བཞུགས།

ང་ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཡང་ཐུགས་ལ་འགོ།

འཆི་བ་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་ཐུགས་ལ་འགོ།

ཞེས་གསུངས། གསེར་ཐམས་ཅད་དྲིལ་བས། རིན་ཆེན་གསེར་གྱིས་ཡོལ་མོ་  
བཀའ་། ཞེས་བྱུང་བས་དཀར་ཡོལ་གང་ཡིན་ཡང་ཟེར། དམ་ཟེའི་ཕུ་མོ་ལོ་བཅུ་དྲུག་པའི་  
ཐོད་པ་སྟིང་སྒྱུ་རེ་བ་གང་ཡིན་ཡང་ཟེར། དེ་བསྐྱམས་ནས་མགོ་ཡགས་སོགས་རྟ་པ་སྐྱམ་  
བཅུས་སྒྱི་རོང་བར་བསྐྱལ་སྟེ་པོད་རང་ཁྱིམ་དུ་འགོ་བ་ལས་སྒྲ། ང་ཐུགས་རྒྱུང་རིན་གྱིས་  
ཉོ་བར་འགོ་དགོས་པས་གོས་ལྷམ་རྣམས་ཀྱང་ང་ལ་སྐྱུར་གསུང་ནས་ལུལ། དེ་ནས་གཅིག་  
ལུར་ཐུགས་ལ་བྱོན་ནོ།

འདི་ལའང་རྣམ་ཐར་ཁ་ཅིག་ན་ལན་དང་པོའི་དུས་ལེ་གེས་སྟིང་པོ་ལ་འཁོ་བ་གྲོང་  
འདུག་གསན་པར་འཆད་པ་བྱུང་ཡང་དག་པར་མི་སེམ་ལ། རྣམ་ཐར་འགའ་ལས་ཆེ་མི་ལ་  
ལ་མཁའ་འགོས། བསྐྱོམས་པས་འཆང་ཐུ་བ་ཆོས་སྒྱི་ལ་ཡོད། མ་བསྐྱོམས་པར་སྒྲིག་པོ་ཆེ་  
ཅན་ཐབས་སུ་འཆང་ཐུ་བ་སྐྱལ་བྱུན་བཞེ་བ་ལྷ་ཕུའི་མན་ངག་དེ་མི་འདུག་པ་ཅས་ལུང་

བསྟན་བྱུང་ནས་ཞུས་པས། དེ་ད་ལྟ་ཡིད་ལ་མི་གསལ་བ་འདུག་གསུང་ནས་ཕྱག་དཔེ་ཀུན་  
བཙལ་བས་མི་འདུག། རྩོམ་པའི་གསུང་ནས་དེ་ད་ཀྱ་གར་ན་བཏགས་པ་མིང་གིས་ཆེ་བའི་  
ཆོས་གསུམ་བྱ་བ་ལུས་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་སྒྲོམ་དགུ་མ་སྒྲོམ་ས་པར་འཛང་བྱ་བ་འཕོ་བ་  
དང་གོང་འཇུག་བྱ་བ་ཡོད། འདི་ཀུན་ཡང་ཞུས་ལ་སོང་གསུང་ཡང་། སྤྲ་མ་ཐིན་ལས་ཆེ་བ་  
དང་། ང་རང་ཡང་རྒྱགས་ཟད། བོད་ལ་ཡོང་རན་པའི་སེམས་གཡེངས་པ་འཛོམ་ཉེ་ཞུ་བ་  
མ་བྱུང་བར་འདུག་པས་ཞུར་འགྲོ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱོན་བ་དང་།

ཆལ་བ་ཀུན་དག་འདྲོ་རྩོམ་བསྒྲིགས་པའི་རྣམ་ཐར་ལས། མི་ལ་མཐུ་ཆེན་གྱིས་སྤྲ་མ་རྒྱ་  
གར་ན་རོ་ལ་མ་སྒྲོམ་ས་པར་འཛང་བྱ་བའི་མན་ངག་མེད་དམ་ཞེས་བ་དང་། སྒྲོམ་ཁོ་ན་  
དགོས་པའི་ཆོས་བོད་ན་མང་བྱ་བ་དང་། ཡང་སྒྲོམ་བཞོལ་ན་སངས་རྒྱས་བཞོལ་བ་དེས་  
གང་ཟག་ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་དོན་ག་ན་འོང་བེད་བ་དང་། ཡང་རྩོམ་པའི་ཚིག་རྒྱ་བས་རྒྱ་བས་ལ།

སྒྲིམ་བུས་རྩོལ་བ་གོམས་བྱས་ན།

རྩོམ་པའི་ཀྱང་ནི་ཕྱགས་སུ་འགྱུར།

བཅུ་བས་པས་ཤིང་ལས་མེ་ཡང་འབྱུང་།

འགྲིམས་པས་ལས་ཡང་གྲོག་པོར་འགྲོ།

དེ་ལ་ཡ་མཚན་ཆེས་ཆེར་མིན།

ཞེས་ཟེར་བས་རྒྱ་གར་ལ་བྱོན་པར་བཤད་ཏོ།



ཆད་མི་འབྱུང་བར་བྱའོ་ཟེར་ནས་མི་སྣང་བར་གྱུར།

དེ་ནས་ནུ་ལུ་རྩུ་བྱོན། དགོ་ཚུལ་གྱིས་རབ་སྐྱེད་གོ་དང་མཇལ་བས་སྣ་ལེན་གྱི་ཚོགས་  
འཁོར་མཛད། ཁྱེད་ཡོང་བ་འཕྱིས། རྩོམ་པ་པོ་ལྷན་པ་ལྟར་བཞུགས་པའི་སྣང་བ་ལ་གསེགས།  
དེ་ཙམ་ཅི་བྱེད་ཅིང་བསྐྱེད་ཟེར། གསེར་རྒྱུ་བ་ཅིང་བསྐྱེད་པའི་བར་ལ་མ་ཁལ་འགྲོས་བད་  
བསྐྱེད་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་གསེར་མ་འབྱུང་བས་འབྱུངས། ད་སྐྱེད་དང་མི་མཇལ་ལམ། དེ་  
གསུང་སྒྲོས་རེ་ཙམ་འདུག་གམ་བྱས། བཟོད་མེད་ཏུ་གཏུང་གྲགས་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་  
བས་ཁོང་ན་ཏེ། དེ་ལྟར་མར་པ་སྒྲོ་གྲོས་དེ། སང་མོད་འོང་བར་འདུག་གིས་ཁོ་ལ་འདི་  
གཏོད་གསུང་ནས་དོ་རྩལ་བྲག་ཅིག །དགེས་དོར་གྱི་ཐང་སྒྲུ་གཅིག །བདེ་གསང་དགེས་  
གསུམ་གྱི་ཅ་རྒྱུད་རེ་ཀ་ལ་ལི་དང་བཅས་པ། གཏུགས་གཅིག་གི་སྤྱོད་པ་ལ་ཚོགས་བཅད་ལུ་  
ལོ་ཀ་བྲིས་པ་རྣམས་བཞག་པ་ཡིན་སྟེ། དོར་རྩལ་དེ་གཅིག་གིས་བརྒྱས་པོ་གསེར་ལྟོགས་  
མ་སྒྲུབ། གཞན་རྣམས་འདི་ཡིན། ད་སྐྱེད་དང་མཇལ་བ་དང་ཁྱེད་མེད་གྱི་གསུང་།

དེའི་དོ་རྩལ་བྲག་ཅིག་དུ་ཡོད། ཚོགས་བཅད་དེ་ལས་རྒྱུད་སྐྱེད་སྐྱེད་གཉིས་མེད་གྱི་  
ཅ་བ་རྣམས་སྒྲུབ། དེས་ཀྱང་ལྷག་པར་སྐྱེད་དུ་སོང་སྟེ་ཉིན་མཚན་བར་མེད་ཏུ་མཆི་  
ཤོར་བས། དགོ་ཚུལ་བ་ན་ཏེ། རྩོམ་པ་པོ་ལྷན་པ་ལྟར་བཞུགས་པའི་སྣང་བ་ལ་གསེགས་  
གསུང་ཞིང་། དམ་ཚིག་ནི་ཁྱེད་ལས་གཅོང་བ་མེད་པས་སྐྱེད་རྣམས་ལ་ཚོགས་འཁོར་དང་  
མཆོད་སྤྱོད་ལས་མཇལ་བར་གསོལ་བ་ཐོབ་གསུང་ནས། ཐོག་མར་དགོ་ཚུལ་གྱིས་རབ་  
སྐྱེད་གོ་དང་མཇལ་བས་སྣ་ལེན་གྱི་ཚོགས་མཚོན་ལྟར་གྲགས་སྤྱོད་པས། ཁོང་གི་ཞལ་ནས།

ངས་ནི་ཕྱ་ངམ་ཐང་ཆེན་ལ།།

དམུས་ཡོང་ཁྱིད་ནས་གཅིག་ལ་བསྟན།།

དེས་ཀྱང་རབ་རིབ་སྒྲོན་བསལ་ནས།།

སེམས་ཀྱི་མེ་ཡོང་བསྟན་པར་བཞིས།།

དཔལ་ན་རོ་པ་དང་མཇལ་བར་ངེས།

ད་དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོ་དྲག་མཚོའི་འགམ་ན་བཞུགས། གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་  
ཁོང་ལས་ངོ་ཆེ་བ་མེད་ཀྱིས། དེར་གསོལ་བ་འདེབས་གོགས་ལྷན་གསུང་། རོ་རྩེ་གདན་ལ་  
སོགས་རྟེན་བྱུང་བར་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མཚོད་པ་ལྟལ་སྟེ་གསོལ་བ་བཏབ། དཔལ་ཞི་བ་  
བཟང་པོ་དྲག་མཚོའི་རྩེ་འགམ་ན་བཞུགས་པ་ལ་ཚོགས་མཚོད་ལྷ་བ་གཅིག་ལྟལ།  
གསེར་མང་དུ་ལྟལ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སྟེ་འབྲུལ་བའང་མི་ཞན་སྟུང་ཆེ་ན་ཟ་ས་ལ་བདེབས་  
པས་མཚོ་འགམ་གྱི་བྱེ་མ་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་སོང་བས་ཐུགས་རྒྱལ་ཞི། བ་རོ་པ་དང་  
མཇལ་བར་ལུང་བསྟན་པ།

རྩེ་བཙུན་དཔལ་ལྡན་ན་རོ་པ།

སྤང་པོ་ཆེ་ཡི་གཟིགས་སྤངས་ཀྱིས།

སྟུན་མིག་གཉིས་ལས་ཉི་ལྷ་གཉིས།

འོད་ཟེར་འོད་དུ་བཞུག་བཞིས།

ན་རོ་པ་དང་མཇལ་སྟེ་མཆི།

ད་དུར་ཁོད་སོ་ས་སྤྱིང་ན་མཁའ་འགྲོ་མ་རྩམ་པའི་རྒྱན་ཅན་བཞུགས། ཁོང་ལས་ངོ་ཆེ་  
བ་སྟུ་ཡང་མེད་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ་ཅི་སྟོན་ཡང་མ་འཛིགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལྷན་  
གསུང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱོན་པས་ངས་སྒྲུབ་པ་རྩལ་བཞིན་དུ་བྱས། དམ་ཚིག་གོག་སྟུང་  
བསྒྲུངས་པས་ངོ་གནོད་བ་མེད་ཀྱིས་གསོལ་བ་གདབ་གསུང་ནས། ལྷ་གཅིག་མཚོད་  
པའི་མཐམ།

རི་གསུམ་ཅེ་ནས་དུང་འབྲུད་ཅིང་།

ལུང་གསུམ་མདོ་ནས་ལམ་སྟོང་འདྲེན།

བུམ་ནང་མར་མེ་འབར་བ་ཡིས།  
 ར་མ་གླིང་ཡོངས་ལ་གསལ་བ་བཟིས།  
 བ་རོ་བ་དང་མཇལ་སྟེ་མཆི།

ཁྱོད་རང་གི་སྒྲ་མ་མངའ་བདག་མི་ཉི་པ་ལས་ངོ་ཆེ་བ་མེད་གིས་དེར་སོང་གསུང་། མི་ཉི་  
 པ་མེ་ཉོག་མདངས་ཅན་གྱི་དགོན་པ་ཅེས། ས་ཕྱོགས་མེ་ཉོག་དམར་པོས་ཁྱབ་པའི་འོད་  
 གིས་སྒྲེ་འགོ་དམར་པོར་བྱེད་པ་ན་བཞུགས་པར་བྱོན་སྟེ་མི་ཉི་པས་རྒྱ་གཅིག་ན་ལུང་  
 བསྟན་པ།

ནོར་བུ་རྒྱལ་མཚན་ཅེ་ལ་ཕྱར།  
 དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་གྲུ་རྩིངས་གཏོང་།  
 སྒྲིག་མོ་མེ་ཡོང་ཟུར་ལ་འཇུགས།  
 བྱ་ཞོན་ན་མཁའི་རྒྱལ་མཚན་འཕྱར།  
 བྱ་མགོ་བོད་རྩུ་བསྟན་པ་བཟིས།  
 བ་རོ་བ་དང་མཇལ་སྟེ་མཆི།

ད་ན་རོ་པའི་མཆེད་གྲོགས་འི་འི་བ་དང་ཀ་སོ་འི་བ་ལ་ངོ་ཆེན་ཞུས་ཅིག་གསུང་། དེ་  
 གཉིས་ལྟན་ཅིག་བཞུགས་པ་ལ་རྒྱ་གཅིག་མཆེད་པས་འི་འི་བས།

སྟོན་ཆེ་བུམ་ཟེ་བཟང་ལྟན་གིས།  
 འིགས་ལྟན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ།  
 དགེ་བཟང་དཔང་བཅུགས་གསོལ་བཏབ་པའི།  
 འབྲས་བུ་འདིར་འོང་མི་མཇལ་མེད།

ཁྱོད་སྟོན་བུམ་ཟེ་བཟང་ལྟན་ཞེས་དད་ཅན་དུ་གྱུར་ཆེ། བ་རོ་བ་འིགས་ལྟན་ཆོས་གྱི་

ཀུལ་པོ་བྱ་བའི་བརྗེ་ཏར་གྱུར་བ་ལ། དེད་གཉིས་ཀྱི་སྤྲི་ལི་དགེ་བ་དང་བཟང་པོར་གྱུར་བ་  
དཔའ་དུ་བརྟུགས་སྟེ་ཕྱི་མ་མཇལ་བར་སྒྲོན་ལམ་བཏབ། ལལ་གྱིས་བཞེས་པས་ངེས་པར་  
མཇལ་གསུང་། རྣམ་ཐར་ཕྱི་མ་ཞིག་ན་འདི་གོ་ལྟོག་སྤང་ཡང་། སྤྲི་མ་ཀྱན་ན་མར་བ་བྲམ་  
ཟེ་བཟང་ལྷན་ཞབས་སུ་བཤད་ཅིང་། གནས་སྐྱབས་གཞན་དུའང་རྗེ་མར་བ་འདི་བྲམ་ཟེ་  
བཟང་ལྷན་ཞབས་ལ་སོགས་པར་གྱུར་ཞེས་བཤད་ཏོ། །**།ག་མོ་རི་བས།**

མི་གཡོ་ལུ་ལ་ཉ་རི་སྤ།  
གང་ཡང་སྟེ་བ་མེད་པ་ཡི།  
སེམས་ཉིད་ཆོས་སྒྲུའི་མེ་ལོང་དེ།  
ཟླ་བརྒྱད་ནས་ནི་སྟོན་པར་འགྱུར།

ཞེས་ཟླ་བ་བརྒྱད་ན་མཇལ་བར་ལུང་བསྟན་ཡང་གྱུར་དུ་མཇལ་བར་འདོད་པས། ཆོལ་  
དུ་བྱོན་པས་རིགས་ངན་གྱི་གྲོང་དུ་རྒྱུ། ཀུལ་པོས་མཆོད་གནས་གྱིས་ཟེར། ཡོ་བྱད་མང་  
དུ་ལལ་ཡང་མ་བཞེས། དེའི་ཆེ་སྒྱུན་ཐེག་ཞིག་མཛད་པའི་ཐབ་ཁུང་ལས་བཟང་བཏུང་ཅི་  
འདོད་བྱུང་། ང་མི་སྟོན་ཟླ་མ་ཆོལ་དུ་འགྲོ། །གསུངས་ནས་འབྲས་བུས་མ་ཞོ་གཅིག་དང་  
ཉིད་ཞིག་པ་གཅིག་རྒྱགས་སུ་བསྐྱམས་ནས་ཤར་བྱོགས་སུ་བྱོན། དེས་བེད་པས་ལམ་  
གྲོགས་མཛད། དེས་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུགས་མེར་ཐེང་ཅན་གྱིས་གྲོགས་བྱས། མཐར་གྲོགས་མེད་  
ཏུ་དུར་ཁྱོད་ནགས་ཆལ་ཐམས་ཅད་བཅལ་བས་ཟླ་གཅིག་ན་མི་ལམ་དུ་རྗེ་ན་རོ་བ་མེད་གོ་  
ལ་ཆིབས། བྱད་མེད་གཉིས་གྱིས་མཐའ་བརྟེན། ཉི་ཟླའི་སྟེང་ན་གར་མཛད་པ་མཐོང་བས་  
ཟླ་མ་དང་མཇལ་སྟམ་ནས་དགའ་བའི་ཆོ་ན་མཁའ་ནས།

བྱད་མེད་གཉིས་གྱིས་མཐའ་བརྟེན་ཞིང་།  
སེང་གོ་ཞོན་ནས་ཉི་ཟླ་ཡི།  
ཁ་ནས་གར་བརྒྱུར་གྱུ་ལེན་པའི།





སྤང་མིང་གདོད་ནས་དག་པ་ཡི།  
 ཞེན་མེད་མཆུ་ལ་མི་འབྲུལ་བར།  
 ཞེན་བཅས་རིན་ཆེན་མཆུ་ལ་གྱིས།  
 ཆོས་བརྒྱད་རྒྱུག་དུ་ཆུད་པར་མཆིའོ། །གསུང་།

མཆུ་ལ་ལ་ཞབས་ཐོ་རྒྱབ་ནས་ཐེགས་སོང་བས་ཕྱགས་ཕྱི་ཡང་མ་ཟིན། ཁོ་ཐག་ཡང་མ་  
 ཆོད། གསེར་ཡང་མེད་སྟུང་ཆོ། རྒྱ་མའི་ས་ན་མཆུ་ལ་ལ་གསེར་མ་གོད་པར་འདུག་པས་  
 བསྐྱས་སྟེ་ཆུང་ཟད་ཀྱང་ཉུང་དུ་མ་སོང་བར་འདུག།

དུག་པ་ལ་གོག་ནང་ཞིག་ན་མི་རོའི་ཐོད་པ་བེགས། ལྟོ་བ་ཕྱེ་ནས་ཤ་དང་། གྲུང་པ་  
 དང་། གྲི་ཆེན། གྲི་ཆུའི་ཉག་ཉོག་གིས་ཐོད་པ་དེ་བཀའ་ནས་ཅིབ་མའི་ཐུར་མས་གསོལ་  
 ཞིང་འདུག་པའི་ཐུར་མ་གང་གནང་བུང་བ་ལྷག་མ་རྩས་པས་ཐུར་མ་གང་པོ་རྒྱགས་ནས།

བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྟོད་ཆེན་དུ།  
 བདེ་ཆེན་ལོངས་སྟོད་རོ་མཉམ་དག།  
 བདེ་བ་ཆེན་པོར་མ་སྤྱད་ན།  
 བདེ་ཆེན་ལོངས་སྟོད་འབྱུང་མི་འབྱུར།

གསུང་ནས་མི་རོ་སོགས་ཅི་ཡང་མི་སྤང་བར་གཤེགས། ཟེར་མ་གཅིག་གང་པ་ལ་  
 འཕོར་འདུག་པ་བཞེས་པས་རོད་པེ་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གཅིག་ལ་ཞག་བདུན་  
 དུ་འབྲམས། ཐུར་མ་གང་པོ་དེ་བལྷགས་ན་ང་བོད་དུ་ཡོང་མི་དགོས་པར་འདུག་གསུང་།

ཡང་རྒྱ་གཅིག་བཅའ་པས་ཤེལ་གྱི་བྲག་ལོགས་ཅིག་ལ་བྲུ་མའི་ཞབས་རྗེས་ལམ་པ་  
 གཅིག་སྤང་བ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ། ཡང་ས་ལ་ཞབས་རྗེས་ལམ་པ་གཅིག་ལ་བསྐྱོད་མར་  
 པོའི་སྤྱང་པོ་ཁྱ་གང་པ་གཅིག་སྐྱེས་འདུག་པ་ཁྱེར་ནས་ཕྱིན།

ཡང་པ་ཆད་ན་སྤང་ལ་འབྱར་བའི་རྟོ་སྟོན་པོ་གྲུ་བཞི་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཕྱག་གི་རྗེས་ལམ་པ་

གཅིག་ལ་ཅན་ན་དཀར་པོའི་དོ་རྩེ་ཅེ་ལྷ་པ་གཅིག་བཙུགས་ནས་འདུག་པས་དོ་རྩེ་ཁྱིའི་  
ནས་ཕྱིན། ཡང་ལྷ་པ་གཅིག་ན་ཅན་གྱི་སྒྲོང་པོ་གཅིག་ལ་དབྱེས་དོར་ལྷ་དགུ་གསལ་བར་  
གཟིགས།

ཡང་མ་ཚད་ན་རྣལ་འབྱོར་མ་གཅིག་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བཞུགས་པའི་ལུས་ཤེལ་ལྷ་ར་  
གསལ་བའི་སྒྲིང་ཅེ་མོ་གྱེན་དུ་བཞུན་པ་མེ་ཏོག་ལྷ་བྱེ་བའི་ནང་ན་ཨུའི་སྒྲགས་འཁོར་  
གསལ་བར་གཟིགས། དེ་དག་ལ་སྒྲ་མ་དང་མཇལ་བའི་གསོལ་བ་བཏབ། རི་མུན་པ་ཅན་  
གྱི་ཅེར་ཤེལ་གྱི་ཕ་བོང་ལ། སྒྲ་མའི་ཞབས་གཉིས་ཀྱི་རྩེས་སྒྲ་ཤད་ཚུན་གསལ་བའོད་མ་  
ཡལ་བ་མཐོང་བས་དྲི་བཟང་བྱུགས་དར་དཀར་ལ་ཡང་སྒྲར་སྒྲངས་ནས་ད་ལྟ་དད་རྟེན་  
གལ་ལ་བཞུགས། དེས་ལྷ་པ་བརྒྱད་ཀྱང་རྩོགས།

ད་ནི་རིང་པོར་མི་ཐོགས་སྒྲུ་ཅེ་གཅིག་ཞག་བདུན་གསོལ་བ་བཏབ་པས། རྣལ་  
འབྱོར་པ་དམར་སྒྲག་ཅེར་བུ་ཁ་འྲི་དང་། ཐོད་པ་འཛིན་པ། རལ་པའི་ཐོར་རྒྱགས་ཅན།  
རུས་པའི་རྒྱན་དུག་གིས་བརྒྱན་པ་གཅིག་ཁོང་གིས་བྱོན། སྒྲུ་ལ་འབྱུང་ཅིང་ཡུས་པའི་སྒྲེ་  
སྒྲགས་གསོལ། གསེར་སྒྲང་བཙུན་བདུན་བུམས་ཀོགས་བཀོལ་སྟེ་ལུས་བསམ་བཞེས། བན་  
གྱིས་བཞེས་པར་ལུས་པས་སྒྲ་མ་དཀོན་མཆོག་མཆོད་ཅིག་གསུང་ནས་ནགས་སེབ་ཏུ་  
གཏོར། འཕངས་སེམས་ཅིག་ཤར་བས་ཁྱོད་འཕངས་ན་སྒྲར་ཡོད་ཏོགསུང་སྟེ། བྱག་  
གཉིས་སྒྲིམ་པ་བ་བྱེ་བས་མ་གོད་པར་སྒྲར་གནང་། རྩེ་མར་བསམ་ཀྱང་ལྟོས་པ་མེད་པར་  
ཞལ་རས་ལ་གཏོར། གསེར་གྱིས་དགོས་པ་ཡོད་ན་འདི་ཐམས་ཅད་གསེར་གྱིང་ཡིན་ནོ་  
གསུང་ནས་ཞབས་ས་ལ་བརྒྱབས་པས་ས་གཞི་གསེར་དུ་སོང་།

རང་གོལ་ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་ཡིས།

ལུ་ལ་ཉ་རིའི་དགོན་པ་རྒྱ།

མ་ཉིའི་མ་རིག་མུན་པ་སོལ།

ཡེ་ཤེས་སྣང་བས་བྱུང་བར་གྱིས།

ཅེས་ཏི་ལོའི་ལུང་བསྟན་ཡོད་པས་སྤུལ་ཏིར་འདོང་གསུང་། རྩེ་མར་བ་ལ་མཁའ་  
འགོ་རྣམས་ཆོས་ལ་འཁྱེན་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་དང་། འཛིགས་སྣང་ཅི་ཡང་བྱུང་བས་བདག་ལ་  
སྒྲིབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས།

སྤྲུལ་ལུང་བསྟན་བདག་གི་སྤྱ།

སྟོན་ལྟར་མར་བ་སྒྲོ་གོས་ལ།

མཁའ་འགོའི་མིང་ཅན་བདུད་མོ་རྣམས།

བར་ཆད་ཚོམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས།

གསུངས་མ་ཐག་ཏི་ལོའི་སྤྱུལ་བ་ཁྲོ་བོ་མང་པོ་བྱུང་བས་མཁའ་འགོ་རྣམས་སྒྲག་ཞིང་  
བརྒྱལ། སངས་བ་དང་མཁའ་འགོ་རྣམས་ན་རེ།

འཛིགས་པའི་སྤྱུ་ལ་འཛིགས་པའི་གསུང་།

འཛིགས་པའི་མཆོན་ཆ་ལེགས་བསྟན་པས།

འཛིགས་ཆེན་སྤྱུ་ལ་སྤྱུ་བས་སྤྱུ་མཆི།

བདག་ཅག་གཞོད་སྤྱུལ་མ་ལགས་སྟེ།

བསྟན་པ་སྤྱང་བར་བྱེད་བ་དང་།

རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ཀྱི་བྱོད་ཆད་ཉལ།

ལུང་བསྟན་མར་བ་སྒྲོ་གོས་འདི།

ཡང་དག་མཐར་ཕྱིན་རྣལ་འབྱོར་སྟེ།

གིང་རྟའི་འཁོར་ལོ་བསྒྲིད་པ་བཞིན།

སྤུལ་ཏིར་སྤྱན་དང་ངོ་།

ཞེས་ཟེར་སྟེ། རྒྱ་དུ་ཅིག་གིས་ཕུལ་ཏེ་རིང་པོ་བས། དེ་ན་བྲག་ལ་ཁོ་བོ་དང་མཁའ་  
འགྲའི་རྩེས་དང་། རྩོམ་པ་པོ་ཉི་ཤེས་ཞེས་གཞིགས་པས་དབྱེས་སྟེ་བྲོ་མཛད་པའི་ཞབས་  
རྩེས་ཀྱང་ཡོད་རྒྱུ།

དེ་ཡང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བུ་ཙན་གྱི་ཤིང་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་ཚལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་སྡི་གི་  
ཏའི་རྒྱ་དུ་ཕུལ་ཏེ་ཞེས་དང་། ཡལ་རྒྱ་དུ་ལ་དེ་ཟུར་ཆག་པ་ལུ་ལ་ཏེ་ཞེས་པ་མེ་རྟོག་  
མདངས་འཕྲོག་གི་དགོན་པ་ཟེར་བ། རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་སྟག་གཞིག་གི་ཡལ་གྱི་ལུ་ལ་ཡོད་  
པ། དཔེན་ཞིང་ཡིད་རྟེན་པོ་བ། སྒྲའི་ཕྱི་ཙམ་ཁོ་ན་ན་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཆུ། བཟའ་བའི་ཚོད་མ། དེ་  
ལ་འདེབས་པའི་པོད། འཚོད་པའི་མེ་ཤིང་། དཀོན་མཆོག་མཚོད་པའི་མེ་རྟོག་རྣམས་དུས་  
གཅིག་ལ་ལོན་པས་རྒྱ་གར་ན་བསམ་གཏན་པའི་སྟེ་གནས་མཚོག་ཏུ་བྲགས།

དེར་བྲམ་པས་བུ་ཚེས་ཀྱི་བྲོ་གྲུ་སྟེ་བ་པ་ལ་རྣམ་ལེན་བྱེད་གསུང་ནས། བ་མཁའ་ལ་སྒྲུན་  
གཞིགས་པས་ཉའི་རོ་མ་ཉམས་པ་སོ་མ་ལེགས་པ་ཅིག་བབས་བྱུང་། འདི་ག་ཤོས་གསུང་  
སྟེ་བཤས་པས་རང་བྱུང་གེལ་གྱི་ལག་ལོ་སོགས་རྟེན་དོན་མཚན་ཙན་མང་པོ་དང་། རང་བྱུང་  
གེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་དང་། ཚོགས་ཀྱི་རྩེས་ཤིང་དང་། འབྲས་ཆན་སོགས་དང་། བཟའ་  
བཏུང་གི་བྱེ་བྲག་སྟེན་མ་མཐོང་བ་མང་པོ་དང་། མཚོད་པ་འབྲལ་བའི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་བྱུང་  
ནས་མཚོད་པ་བཤམས། དབང་བསྐྱར་མཛད་ཆེ་མདུན་ན་ཙན་གྱི་སྟེང་པོ་ཅིག་འདུག་  
པའི་ཕེ་ལ་དབྱེས་རྟོག་ལྟ་དགུ་རྟེན་བརྟེན་པ་དང་བཙས་པ་དངོས་སུ་བྱོན། ལུས་དབང་  
བསྐྱར་ཆེ་བྲམ་པའི་ལུགས་ཀ་ནས་ལྷན་ཅིག་སྟེས་མ་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་དབང་བསྐྱར་།  
ལུགས་ཀ་ན་ལྷའི་ལུགས་ཤིང་སྟེང་པ་ཞལ་ནས་བྱུང་སྟེ་ལུགས་ཀར་དངོས་སུ་ཐིམ། མཚན་  
ཞེས་དེ་རྩེས་བཏགས། སྟེང་སྟེང་དབྱེལ་ལོར་དུ་གཞིགས་ཅིང་བྲམ་པའི་དབྱེན་ལོར་  
ལུང་དབང་ཐོབ་པས་ལུས་མེད་པའི་ཉམས་སྒྲིམ། བྲམ་པ་ཉི་རུ་ཀར་དངོས་སུ་བཞེངས་པའི་  
ཡལ་ཡུམ་ཟུང་འདུག་གི་སྟོར་མཚམས་ནས་བདུད་ཅིང་རྒྱན་བྱུང་པ་ཞལ་དུ་ལུགས་པས་  
ཅིང་མདུད་པ་རི་སྟེང་པ་ཤོལ་སྟེ་གསལ་སྟོང་སྟེ་མ་ལྟ་ལུང་ཉམས་སྒྲིམ།

སྒྲུང་ཡང་བསྐྱེད་ཏེ་རྒྱ་གཞི་ལས་ལྷན་ཅིག་སྒྲིལ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་བསྐྱུར་བས། ཟག་  
མེད་ཀྱི་བདེ་བས་ལུས་སེམས་གང་སྟེ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་ཞག་བདུན་  
འབྱམས་པས། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བརྗོད་བྱའི་དོན།  
མདོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་སྟོང་། རྒྱ་གཞི་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོག་སྟོང་། མར་གྱི་ཡང་ཁུན་ལྷ་  
བྱ་ཉམས་རྟོགས་བྱུང་དུ་ཆུད་པ། དབང་བཞི་པའི་དོན་དེ་སྒྲུབ་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། ད་ལྟ་  
ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིལ་བ་འདི་ཡིན་གྱི། བྱ་ཁྱོད་ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་རྩལ་སྦྱངས།

སྒྲིབ་གདམས་པའི་མཆོག་དུ་སྐྱུར་བ་རྒྱུད་སྟེ་རབ་འབྱམས་ཀྱི་སྟོང་པོ། སངས་རྒྱས་དངོས་  
ཀྱི་སྒྲུ་མ་ཟར་མ་ཆད་པར་བརྒྱུད་པ། ཆེ་གཅིག་གིས་འཛང་རྒྱ་བ་ཆོས་དུག་གི་གདམས་པ་  
འདི་ཡིན་གྱིས་སྟོད་མེན་ལ་གསོངས། སྟོད་ལྷན་ལ་སྟོན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་གཞི་ཏེ་ལོ་ལ་ང་  
ལུང་བསྟན་པ་ཡིན། ང་ལ་ཡང་ཏེ་ལོས་ཁྱོད་ལུང་བསྟན་པ་ཡིན། ཁྱོད་ལ་སྟོབ་མ་བས་ཀྱང་  
ཡང་སྟོབ་བཟང་བའི་རྒྱུད་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་འབྱུང་སྟེ་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་འགྱུར།  
ཁྱོད་ལས་ཀྱི་བྱག་རྒྱ་བསྟན་ལ་སྟོད་ལྷན་སྟོན་པར་གྱིས་ཅིག

སྒྲུབ་པའི་མཆོན་ཉིད་རྒྱུད་པར་ལྷན།

སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བྱུང་དུ་ཆུད།

སྒྲུང་བའི་མཆོན་ཉིད་སྦྱོས་དང་བྲལ།

འཁོར་བའི་མཆོན་ཉིད་གཞི་རྩ་བྲལ།

མོས་གུས་གནད་ཀྱིས་མཆོམས་སྐྱར་ནས།

སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྩེ་རོ་མཉམ་པ།

རང་བྱུང་འོད་གསལ་བརྗོད་ལས་འདས།

རྟོགས་ན་བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན།

ཞེས་གསུང་ཞིང་། སྟོད་རྟོགས་ཐམས་ཅད་ཆོས་དུག་དུ་མ་འདུས་པ་མེད་ཀྱང་། ཐབས་



མ་ལྷོ་མས་པར་འཆར་ཀྱང་བཞེས་པའང་སྤྱིར་འཕོ་བའི་སྐབས་སུ་བཅན་ཐབས་ཀྱི་འཕོ་  
བསྐྱར་བ་ལ་མི་ལྟོས་པ་དང་། བར་དོ་བློ་ཚད་ཀྱིས་སྟོན་མ་སྤངས་པ་ལ་ཡང་བར་དོ་དང་པོ་  
རོ་སྤྱད་པས་གྲོལ་བ་དང་། སྤྱིར་སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་མཐོང་བའི་དེ་མ་ཐག་གྲུབ་མཐའ་པ་སྤྱི་ལ་  
ལྟོས་སྟེ་གྲོལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། གཉིད་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་སོགས་གནད་གཤམ་ན་འཆར་ཀྱང་  
བ་ལ་ཡུན་རིང་མི་དགོས་པའི་གདམས་པ་དུ་མ་ཡོད་པས་ཆོགས་རྒྱུ་དུས་ཆོག་པའི་  
དོན་དོ།

མར་བ་མནལ་དུ་སོང་བཞིག་ལ་དབྱེས་དོར་སྒྲུལ་སྟེ་ཡར་ཡོངས་དང་ཡི་དམ་དབྱེས་པ་  
དོ་རྗེ་ཡང་ཡེབས་འདུག ཁྱོད་སྟོན་ལ་ཡི་དམ་ལ་ཐུག་བྱེད་ཏམ། ང་ལ་ཐུག་བྱེད་གསུང་བ་  
ན་ཡི་དམ་ལ་ཐུག་མཐོང་པས་འདི་དག་ཁོ་བོའི་སྒྲུལ་བ་ཡིན་གསུང་ནས་ཡི་དམ་ཐུགས་  
ཀར་བརྟུམ། རྟེན་འབྲེལ་དེས་ཁྱོད་ལ་མི་རྒྱུད་ཤ་བའི་མཐུག་མ་འདྲ་བ་སྐྱམ་ཡོག་གི་བ་  
ཞིག་ལས་མི་ཡོང་བ་འདུག །ཆོས་རྒྱུད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གནས་ཀྱི་བར་དུ་འབྱུང་  
གསུང་།

མི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཞུས་པས་ཐ་སྲད་ཐམས་ཅད་ཆོ་སྒྲུབ་དམ་པོ་ལོ་གསུམ་བར་ཆད་  
མེད་པར་གྲུབ་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཚོག་ཞུས་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་འབྲུབ་གསུང་། དེ་དུས་རྗེ་མར་པའི་  
སྒྲུལ་རྒྱ་ཚད་ཀྱིས་ཕྱོ་འཆལ་བ་དང་། རྒྱུད་གིས་དྲན་པ་ཉམས་པ་སོགས་འགྲོངས་ལ་ཐུག་  
པ་དུ་མ་ཐུང་ཡང་སྤྱ་མའི་ཐུགས་རྗེ་དང་། རྟེན་རན་ལ་རོ་བསྟམས་པས་ལེགས་པར་དངས།  
སྤྱ་མ་ཆོལ་བའི་དཀའ་ལས་ལ་ད་བརྟེན་ནས་འབྲལ་མེད་བྱེད། བོད་རྒྱ་ལོག་ཁ་ན་མེད་སྟམ་  
པ་ན་ཐུགས་དམ་པ་དམར་པོའི་ཐང་བ་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་པ་དེ་གནད་ནས། ལུ་ཁྱོད་ད་དང་  
འདྲ་འབྲལ་མེད། ཡོན་ཏན་ཕྱན་ལས་གཉིས་སུ་མེད། རོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱང་རྣམ་པ་སྒྲུ་  
ལས་ཀྱི་ཐུང་པོ་ཞིག་པའི་དུས་སུ་དག་སྒྲུང་ལ་སྤྱ་མ་ཡི་དམ་དང་དབང་པོ་མཁའ་འགྲོའི་  
གསུ་བ་འབྱུང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་དེའི་ཆོ་ཁོ་བོ་གསུ་བ་ལ་ཡོང་། ཕྱི་མ་རྒྱགར་གར་གྱི་  
རྒྱུད་ཏ་རི་ཀ་པའི་གླིང་དུ་བརྟུ་ལས་བརྟུས་སྟེ་སྤྱེས་ནས་སྟེ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རི་ལ་ད་དང་།

འབྲུད་ནས་མི་བྱེད་སྤྱོད་པའི་དོན་རྒྱུ་བར་ལྷུང་ནས་སྤྱོད་པ་མཐར་བྱིན་སྟེ། འཁོར་  
 ཆོམ་བྱ་དང་བཅས་པ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཆོ་འདིར་ཡང་བྱང་སྤྱོད་གསལ་  
 བ་ཅན་འདུལ་བའི་རྒྱལ་ཆ་བ་རྟུ་མངའ་གསོལ་བ་ཡིན་པས་ཅིས་ཀྱང་བོད་དུ་འགྲོ་དགོས།  
 ཁྱོད་ཀྱི་སློབ་མ་དང་ཡང་སློབ་ནས་བཟུང་སྟེ་མི་རབས་བརྩ་གསུམ་མཁའ་སྤྱོད་ལ་འགྲོ་  
 ཞིང་། ཁྱོད་ཀྱི་རྩེས་འཇུག་ལལ་ཆེར་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་རྒྱུ་བར་ལྷུང་ནས་པའི་སར་གནས་ཀྱི་  
 སེམས་དཔའ་བྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བརྟུ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་གསུམ་ཆེར་འབྱུང་ལ། གཞན་ཆ་  
 ལུགས་ངེས་མེད་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བརྟུན་པ་འཛིན་པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་དབུ་ཐོག་རྟུ་བྱུག་  
 བཞག་སྟེ་གསུངས་པ།

སྟོན་རྒྱལ་བཞིན་སྤྱངས་པའི་ལས་འབྲེལ་།

བོད་ལུལ་གྱི་མར་པ་ལོ་རྩེ་ཁྱོད་།

འཁོར་ལོས་བརྒྱར་རྒྱལ་རིན་ཆེན་འཛིན་།

ཞེན་པ་དོལ་ཡིག་གི་ཁྱིས་།

རིགས་རྒྱུད་ན་མཁའ་མེ་ཉོག་ལལ་།

ཆོས་རྒྱུད་རྒྱ་བོའི་གཞུང་ལས་རིང་།

སངས་ཐོ་རྒྱུད་གི་སྤྱོད་བཞིན་།

བསློབ་མ་བས་ཀྱང་ཡང་སློབ་བཟང་།

ཐོག་ཆེན་སྟོང་པོའི་དོན་བརྟུས་ནས་།

ལས་ཅན་སྤྱོད་དང་གོལ་བྱེད་པ།

རྒྱལ་ལྷན་གདུལ་བྱའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་།

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མིང་ལ་བསྐྱོས་བྱིང་།

ད་ནི་བོད་ལུལ་དབུས་སྤྱོད་སྟེང་།



བྱང་ཕྱོགས་ཁ་པ་ཅན་གྱི་ཕྱོགས།  
 སྤོས་གྱི་ཤིང་སྒྲས་བརྒྱན་པའི་ས།  
 སྤོན་སྒྲ་ཚོགས་སྤྱེ་བའི་རི་མགུལ་ན།  
 སྐལ་ལྡན་གདུལ་བྱ་སྤོང་ལྡན་ཡོད།  
 ཁྱོད་དེ་རུ་སོང་ལ་འགོ་དོན་སྒྲུབས།  
 བྱ་ཁྱོད་གྱི་སྒྲ་དོན་འགྲུབ་སྟེ་མཆི།

སྤྱེ་བ་འདི་ཉིད་འདས་གྱུར་ནས།  
 མཉམ་ཉིད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གནས།  
 འོད་གསལ་གྱི་རང་དབྱེ་མཇལ་བར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་ཅིང་།

འདི་ལ་འདྲ་མ་ཐར་སྒྲ་རབས་པ་ཅིག་ན།

སྤོན་སྒྲ་ཚོགས་སྤྱེ་བའི་རི་མགུལ་ན།  
 སྤོང་པོ་ལུང་ཞེས་གྲགས་པ་ན།  
 བྲག་ཟངས་ལྷག་ཞེས་པའི་གནས་ཆེན་ན།  
 མ་མཐའ་འགོ་སྤྱོད་ལྟར་འདུ་བ་ཡོད། །ཅིས་དང་།

ཞེན་པ་དོ་ལ་རི་མོ་བགྱ། །ཅིས་པའི་འོག་དུ།

འཁོར་བ་རྩ་རིས་རང་ཡལ་འགྱུར།  
 མཐར་ཅིག་མར་པའི་སྒྲ་མཐར་དེ།  
 བར་སྤལ་གཉིས་པོ་ཇོ་མོ་གཉིས།  
 བར་ཐོག་བདུན་པོ་སྤལ་བདུན་སྟེ།  
 དེ་ནི་མི་རྒྱུབ་རྒྱལ་མཚན་ཡིན།

རིམ་བྱུང་པའི་མཆོད་རྟེན་སྟེ།  
 དཀའ་རྒྱད་ཀྱན་གྱི་མེས་པོའི་མཁར།  
 འདི་ལ་ཀྱན་གྱི་དང་པར་འགྱུར།  
 མཁར་སྒོ་བྱང་དུ་བསྟན་པ་ཡིས།  
 གདུལ་བྱ་སྟོད་ལྡན་བྱང་ནས་འབྱུང་།  
 རོག་སྒོ་འཁོར་པའི་རྒྱན་ལམ་བཅད།  
 རྟེན་སྒོ་བྱང་རྒྱབ་ཐར་ལམ་བྱེ།  
 བུ་སྟོབ་མ་བས་ཀྱང་ཡང་སྟོབ་བཟང་།  
 ཆོས་རྒྱད་བསྟན་པ་དར་བར་འོང་།

ཞེས་ཐུ་རབས་གྱི་རྣམ་ཐར་རོ་པོ་བཙུན་པའི་སྟོ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་ཁོ་ན་  
 བ་སྟང་།

ལྷག་པ་ཟངས་རྒྱུ་ཁ་སྟུབ་ཡོད།  
 མི་གཅིག་ལྡང་བའི་གིང་ཅིག་ཡོད།  
 མི་གཅིག་ལྡང་བའི་རྒྱ་ཅིག་ཡོད།  
 དྲག་ལ་ཐབ་ཀ་རང་བྱུང་ཡོད།

ཅེས་ལུང་བསྟན་པར་དག་སྟོས་ལ་ཟེར་ཞིང་སྟང་ངོ་། །དེའི་ཆོ་རོལ་མོའི་ལུང་གིས་ན་  
 མཁའ་གང་བ་དང་དྲི་ཞིམ་པོའི་དང་དང་འོད་ཟེར་དཔག་དུ་མེད་པ་ཉི་ཁྲའི་འོད་ལས་ལྷག་  
 པ་བྱུང་ཞིང་། མཆོད་པའི་ལྷ་ཆོག་སྤྲོད་མཁའ་གང་བའི་དབུས་ན་སྡེང་གའི་ཁྲི་པ་དྲུག་བཅུག་སྤྲོད་  
 པའི་རྟེན་དུ་བྲུ་མ་ན་རོ་པ་ཆེན་པོ་བཞུགས་སྟེ། དཔལ་པོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་བསམ་གྱིས་མི་  
 རྩལ་བས་བྲུག་འཆལ། སྒྲོར་བ་བྱེད། མཆོད་ཅིང་བསྟོད་སྟེ། བ་མཁའི་དབྱིངས་རེ་མཐོ་རེ་  
 མཐོར་མཁའ་སྟོད་དུ་གཤེགས་པར་གཟིགས་སོ།

འཇིག་རྟེན་མཁའ་འགྲོ་དང་ག་ཟེའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་གཏོར་ཀྱན་ཡང་ཁྱེད་  
 མེད་པར་གྱུར། གོགས་མཆོད་ལུས་རྣམས་ཀྱང་སོ་སོར་གྱེས་སྟེ་རྗེ་བཙུན་རང་གཅིག་པོར་  
 བཞུགས་པའི་ཆོ། ཐུགས་སྒྲོ་བར་གྱུར་ནས་ཉི་ཤར་ལ་སངས་ལྷན་པོའི་ནགས་ཁོད་ཏུ་སྒྲོ་  
 བསེང་ལ་བྱོན་སྟེ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། ར་མ་རུ་ཁོལ་གྱིས་གཤག་ཅ་ན་སྤྲ་མ་ཆེན་པོ་ན་རོ་  
 བ་མངོན་སུམ་དུ་བྱོན་སྟེ། ཤིང་ཅུ་གོ་རྩའི་སྤོང་པོའི་སྤོང་དུ་བཞུགས་ནས་ལོ་རྩ་པའི་སྒྲོ་བ་  
 བསེང་བྱེད་ཆོས་དུག་དྲིལ་བརྗོད་ཆེའི་མགུར་གསུངས་པ།

དལ་འབྱོར་གཞུགས་ཀྱི་ཐུང་པོ་འདི།  
 གཡར་སྒྲོ་ཙམ་ན་འདི་སྐད་ལོ།  
 ལུས་ཀྱི་གནས་ཐབས་སྒྲོམ་པའི་གནད།  
 སེམས་ཀྱི་བཞག་ཐབས་ལྟ་བུའི་གདེང་།

ཕྱི་ནི་སྒྲུ་མ་ལྟ་ཡི་སྒྲུ།  
 བད་ནི་རྩ་གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞི།  
 འོག་ན་ཨ་ཤད་ཅུ་ལི།  
 སྤོང་ན་ཉི་ལྷག་རྣམ་པ་ཅན།  
 བར་ན་བདེ་སྤོང་གསལ་བའི་ཉམས།  
 སྤོང་འོག་རྒྱུད་གི་འཁོར་ལོའི་དབྱིབས།  
 མིང་ཡང་གཏུམ་མོའི་གདམས་ངག་ཟེར།  
 སེམས་གནད་ཏུ་རྩྱུད་ཏམ་ལོ་རྩེ་བ།

དུས་མི་ལམ་ཙམ་གྱི་འཁྲུལ་བ་ལ།  
 གནད་མགྲིན་པ་ཨོ་གྱི་ས་པོན་ཅན།

བྱིན་སྒྲུབ་བརྒྱུ་མ་ཙམ།  
 བར་ན་ཉམས་མེད་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ།  
 ཉིན་མཚན་སྒྲུབ་བརྒྱུ་ལ་པའི་སྒྲུ།  
 མིང་ཡང་སྒྲུ་ལུས་ཀྱི་གདམས་ངག་ཟེར།  
 ཞེན་པ་ལོག་གམ་ལོ་རྩུབ།

གཉིད་དང་མི་ལམ་བར་གཤེད་ན།  
 གཉི་ལྷག་ཆོས་སྒྲུའི་དོ་བོ་ཅན།  
 བརྟེན་མེད་འོད་གསལ་བདེ་བའི་ཉམས།  
 རྟེན་ལ་འོད་གསལ་རྒྱ་ཡིས་གདབ།  
 མིང་ཡང་འོད་གསལ་ཀྱི་གདམས་ངག་ཟེར།  
 སེམས་སྒྲེ་མེད་ཏུ་རྟོགས་སམ་ལོ་རྩུབ།

སྒོ་བརྒྱད་ལའོར་བའི་སྒྲར་ཁུང་ཅན།  
 སྒོ་གཅིག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལམ།  
 སྒོ་བརྒྱད་བཀག་ནས་སྒོ་གཅིག་འབྱེད།  
 སེམས་ཀྱི་མདའ་ལ་རྒྱུད་གི་གཞུ།  
 ཉིག་ཀའི་རྒྱུད་ཀྱིས་རབ་བརྒྱུ་ལ་སྟེ།  
 རྣམ་ཤེས་ཚདས་པའི་ལམ་ནས་འདོན།  
 རྣམ་བར་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་འདས།  
 མིང་ཡང་འཕོ་བའི་གདམས་ངག་ཟེར།  
 རྒྱུད་དུས་སུ་ཞེགས་སམ་ལོ་རྩུབ།

མི་ལམ་དུས་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ།  
 བར་དོའི་ཤེས་པར་སློང་གོས་པས།  
 ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་སྤྱིའི་ངོ་བོ་ཅན།  
 མི་ལམ་བར་དོ་བསྐྱེད་པའི་གནད།  
 མིང་ཡང་བར་དོའི་གདམས་ངག་ཟེར།  
 མི་ལམ་འབྱོངས་སམ་ལོ་རྩུབ།

རང་ལུས་དུས་ཀྱི་ཚད་ལ་ཐེབས།  
 གཞན་ལུས་མཚན་ལྡན་རྟེན་གྱི་འབྲུལ།  
 བར་ན་ཡིག་འབྲུ་རྒྱུད་གི་རྟ།  
 རང་ལུས་ཁང་སྟོང་བཞིན་དུ་བོར།  
 གཞན་ལུས་སྤུལ་སྤྱིའི་ངོ་བོ་ཅན།  
 མིང་ཡང་གྲོང་འཇུག་གི་གདམས་ངག་ཟེར།  
 རྒྱུད་ལས་སྤུ་རུང་ངམ་ལོ་རྩུབ།

མི་ལམ་ལུལ་གྱི་སྒྲུང་ཚུལ་དེ།  
 སྤྱིས་པ་བམྱིས་ན་མོ་འདྲེར་བཟུང་།  
 ལུད་མེད་བམྱིས་ན་མོ་འདྲེར་བཟུང་།  
 ཁྱོལ་མོང་བམྱིས་ན་ཁྱུ་རུ་བཟུང་།  
 དགའ་བ་བམྱིས་ན་སེམས་སྤངས་མཐོ།  
 ངན་པ་བམྱིས་ན་སྤྱིང་མི་དགའ།  
 འདྲེ་རང་སེམས་རྩ་བར་མ་ཤེས་ན།  
 བགཟུགས་ལ་ཟད་པ་མེད་པར་འགྱུར།

ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ལ་ཐོས་པ་དགོས།  
གོམས་པས་མཐའ་གཉིས་སྟོང་བ་ཡིན།  
ཡིན་མིན་སྟོང་དོགས་ཆོད་ལགས་སམ།  
གོལ་བས་མི་འཇིགས་གདེང་ཐོབ་ཡིན།  
ལམ་དེ་ལས་སྐྱེལ་ས་ག་ན་ཡོད།

ཅེས་གསུངས་པས། ལྷགས་སྟོང་པ་སངས་ཅིང་བླ་མ་དང་འབྲལ་མེད་ཀྱི་གདེང་ཐོབ་པར་  
ལྷུང་རྟོ།

དེ་ནས་རི་བོ་མེ་ལྷུང་འབར་བར་མངའ་བདག་མི་ཁྱི་པའི་བྱང་ཏུ་བྱོན། སྐུ་ལྷ་བས་ཆོག་  
མི་ཤེས་པ་གཟི་བརྟེན་ཉི་མ་ལྷ་བྱང་ཏུ་གྱོ་རྟེན་གིང་བྱང་ན་བཞུགས་པ་མཐོང་བས་དགའ་བ་  
ཆད་མེད་པ་སྟེས། གསེར་གྱི་མརྒྱལ་ཡུལ། བདག་བླ་མ་དང་དངོས་སུ་མཇུག། དབང་  
གདམས་པས་ཆོམ། བསམས་པའི་དོན་གྱུབ་ཀྱང་བླ་མ་མཐའ་སྟོང་ཏུ་གསེགས་པས་སྟོ་  
བར་ཡང་བྱུང་། ད་བདག་ལ་བཀའ་དྲིན་གྱིས་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་པས། བླ་མ་མཐའ་  
སྟོང་ཏུ་གསེགས་ནས་ཀྱང་མཇུག་པ་དེ་སྐུ་ལ་བ་རབ་ཏུ་ལྷུང་བ་ཡིན། བས་ཀྱང་ཁོ་བོ་རང་  
དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་བོ་གསུང་ནས་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་ཙམ་ན་ལ་  
སོགས་པའི་དྲི་བཟང་གི་རད་བྱུང་། སྟོན་གིང་མཛུབ་གང་སྒྲར་བའི་མར་མེས་ཉིན་མོ་ལྷུང་  
གསལ་ཞིང་ཞག་བདུན་བྱུང། དེ་ཏུ་གིང་ལག་གིས་འཛིན་པའི་རྟགས་སུ་སྟོན་གིང་དེ་གཡོ་  
འགྲུལ་དང་པན་ཚུན་ཏུ་འགོ། ལྷའི་རོམ་མོ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་སྐྱ་གག། །བདེ་མཆོག་གི་དབང་  
གནང་ཆེས་གསུམ་གྱི་དཔའ་བོ་མཐའ་འགོ་རྣམས་སྐྱ་མི་མཛོན་པར་རྒྱགས་གྱི་རང་སྐྱོ་སྟོག་  
པ་བྱུང། གཏོར་མ་སྟོང་ཆེ་ཞིང་སྟོང་མཐའ་འགོའི་སྐུ་ལ་བ་ཅེ་ཅང་དམར་མོ་བདུན་བརྒྱུགས་  
ནས་གཏོར་མ་དངོས་སུ་ལེན་པ་བྱུང། གནས་ལོག་མིན་དང་བླ་མ་དོ་རྟེན་འཆར་ཆེན་པོར་  
དངོས་སུ་ཐག་ཆོད་པའི་གཟིགས་སྒྲུང་དང་བྱིན་རྒྱལ་བྱུང། སྐྱི་བོར་བྱག་བཞག་ནས་ཁྱ་  
ཁྱོད་སྟེ་བ་གསུམ་གྱི་མཐར་འཁོར་རྒྱུ་པར་འགྲུང། ད་ལྟ་བོད་ཡུལ་གྱི་འགོ་བའི་དོན་གྱིས་

ཅིག །དུས་ཀྱི་དུ་དཔའ་པོ་མཁའ་འགོ་ལ་ཚོགས་ཀྱི་མཚན་པ་མ་བཅད། གཉིས་ཟུ་མེད་  
པའི་དོན་རྟོགས་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོ་བོ་སྒྲ་མ་སྦྱི་བོར་ཁྱད། རང་སེམས་ཡིད་  
བཞིན་ཀྱི་ནོར་བུ་ཟུང་ལ་རང་གཞན་ཀྱི་དགོས་འདོད་ཀྱུ་པ་པར་གྱིས་ཅིག་ཞེས་དམ་ཚིག་  
རྟོར་བྱེད་ཀྱི་ཕྱག་གི་སོར་གདུབ་ཅིག་གནང་། ལྷ་ས་འདི་དག་རེ་ཞིག་རྒྱ་གར་དུ་གསོངས་  
ཅིག་གསུང་རོ།།

དེ་ནས་དུག་མཚོའི་འགམ་དུ་དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོ་ལ་ཕྱི་ཕྱག་ལ་བྱོན་པས་མཉེས་  
ཅིང་། ཚོགས་འཁོར་ཞིག་གནང་བའི་གལ་དུ་ལུང་མེད་ཅིག་གིས་མི་རོ་ཅིག་བསྐྱལ་བྱུང་།  
དེའི་མཛད་པ་བྲེགས། དཔལ་ཞི་བ་བཟང་པོའི་གསང་ཆབ་སྒྲགས་སྟེ་ལྷ་དཔ་པ་དང་བསྐྱེས་  
ནས་དམ་ཚིག་གི་ཇུས་ཟུ་འགྲེམས་ཀྱི་འདུག་པ་རྩེ་མར་པའི་ཐད་དུ་སྒྲེབ་པ་དང་ཆེལ་ཆེལ་  
ཁོལ་བ་ལ་གཟིགས་པས་མཉུ་སྒྲ་ཡའི་ཡིག་འབྲུ་སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཞལ་གཟིགས།  
དམ་ཇུས་དེའང་རོ་མཚོག་བརྒྱ་དང་ལྷན་པར་སྦྱོང་། རྣལ་འབྱོར་གསུམ་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལ་རྒྱ་  
མཚོ་ལྷ་འདྲི་གང་མེད་པར་སྦྱར་སྟེ་སྒྲ་མས་བྱིན་རྒྱལ་དང་ཆེད་ཏུ་བརྟེན་པ་མཛད་དོ།།

དེ་ནས་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོ་ལ་ཕྱི་ཕྱག་ལ་བྱོན་པས་ནགས་ཆལ་ཆེན་པོ་ན་རིགས་  
རན་མ་ཞིག་གིས་ཞམ་རིང་མཛད་སྟེ་བཞུགས། གར་དགར་འགོ་ས་མེད་ཅིང་ལམ་ཡང་མི་  
ཉིད། རིགས་རན་མ་དེ་རྒྱ་ལེན་དུ་འོང་། རྒྱགས་ཟེར་ནས་རྒྱ་མིག་གི་ཐུང་དུ་བཞུགས་པས་  
རིགས་རན་མ་དེས་ལུམ་པ་ཅིག་ཁྱེར་ནས་རྒྱ་ཟེད་པ་རྒྱམས་བྱུང་སེམས་དཀར་པོར་སྒྱུ་མེར་  
སོང་། ལུང་མེད་དེས་ལུམ་པའི་ཁར་འབྲལ་འཁོར་ཞིག་བཅས་པས་གསང་གནས་ནས་  
རྒྱའི་རྒྱན་པལ་སྟེ་གང་པ་ལ་རྒྱ་འདིའི་སྒྲུམ་གཉིས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱིས་སྒྲུམ་ཆ་འབྱུང་ཞིག་  
གསུང་ཟེར་བས། རྒྱམ་རྟོག་བཙོམ་ནས་བྱུང་སེམས་དཀར་དམར་འབྲས་པ་དེ་འབྱུངས་ཅིང་  
ལུས་བྱས་པས་གསལ་སྟོང་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཉམས་སྟེས། ལུམ་ནང་དུ་བལྟས་པས་གསང་བ་  
འདུས་པའི་རྟེན་བརྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ཞལ་མཐོང་། དེའི་མཛད་ལ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོ་བྱོན་  
ནས་ལུ་ཁྱོད་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་སྦྱངས་སམ། སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ལམ།

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་ཏམ་ཞེས་དབང་བཞིའི་དོན་དོན་སྤྲད། སྤར་གདམས་པ་དང་  
རྩོམ་སྤྲུག་པ་མཐར་ཐུག་པ་མཛད་སྟེ་གཉིས་སུ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྲུབས་སོ།།

མདོར་ན་རྒྱ་གར་ལ་ལན་གསུམ་དུ་བྱོན། སྤར་ཐམས་ཅད་ཚོགས་དང་ཁྱད་པར་གྱི་  
མཚན་པས་མཉམས་པར་མཛད། དཔལ་ན་རྩོམ་དང་ལོ་བྱུག་རྒྱ་བ་བཟུན་དུ་འབྲལ་མེད་ཏུ་  
འགྲོགས། རྩོམ་ཅི་རིགས་སུ་བསྟེན། སྤར་རྒྱ་གར་དུ་ལོ་ཉི་ཤུ་བཞུགས། བ་དོ། མེ་འྱི་  
ཀྲ་ཀྲ་རི་ལ། ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོ། རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་མ་སྟེ་བྱུ་བཅོམ་ཞལ་ལྗེའི་གདམས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྩོགས་ཅིང་། ཁྱད་པར་ན་རྩོམ་རྩིས་རྒྱལ་ཚབ་ཏུ་དབང་བསྐྱར་བར་  
གྱུར་ཏོ།།

གཞན་ཡང་སི་ཏྲུ་སྤྱིར་པ་རོལ་པའི་དོན་རྩོམ་གསལ་འདུས་འཇམ་དོར་གསལ། ཀ་སོ་རི་  
པ་དང་རི་རི་པ་ལ་བདེ་མཚོགས། ཞོ་དེ་བི་ཤའི་ནག་པོ་དམ་ཚིག་དོན་རྩོམ་གཤིན་རྩེའི་གཤེད།  
ཁ་ཆེ་རྩྭ་ན་ཀྲ་ལ་དོན་རྩོམ་དུ་ཅི། དེ་ལ་ཨ་ཀྲ་སི་ཏྲུ་ལ་སངས་རྒྱལ་མཉམ་སྦྱོར། ཨ་ལྷི་  
རྩྭ་ལ་སངས་རྒྱལ་མེད་པ། ཡམ་ཐིང་པ་ལ་གདན་བཞི། བུ་ཐ་ལ་རལ་གཅིག་མ། མ་ན་  
ཀ་ཤི་ལ་ངེས་བཞེད། ཀ་ན་ཤི་ལ་དོན་རྩོམ་ཁལ་འགོ། རྩོམ་མཛད་པར་དགའ་བའི་ཡིད་  
ཅན་དང་བདེ་བའི་སྦྱ་གུ་ཅན་ལ་ནལ་འབྱོར་མའི་སྒྲོར་གསལ་སྟེ་སྤར་བ་འབྱུར་ངེས་བཅུ་  
གསུམ་ཟེད།

གཞན་ཡང་པ་རྩི་ཏ་དང་ནལ་འབྱོར་པ་མཐའ་ཡས་བསྟེན་སྟེ་རྒྱུད་མན་ངག་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རྒྱ་མཚོར་གྱུར་ཅིང་། རྒྱ་གར་གྱི་མན་ངག་ཟབ་གུ་ཐམས་ཅད་བསྐྲུབས་པར་གྲགས་སོ།།  
དེ་ལྟར་སྤར་ཐམས་དང་མཚན་གྲོགས་གོང་མ་ཐུག་གི་འོས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱི་ཐུག་མཛད།  
ཀྲན་གྱིས་ཀྱང་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་ཤིང་དང་། ལུ་སྟེའི་ཚལ་གྱི་སྒྲུ་དང་། ཅ་མཚོགས་གི་སྤྲུ་ལ་དང་།  
ཤིང་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་དང་། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་། འོག་མེན་སོགས་འཛིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་གཞན་གྱི་ཤིང་སོགས་ཤིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དུམ་བུ་རྒྱུད་དུ་འཕྱེད། རྩོན་པ་འཁོར་  
བཅས་དང་། བྱུ་བཅོམ་གོང་མའི་སྦྱ་བལ་གྱི་རིང་སྟེལ་དང་། རྒྱ་གདུང་གི་རིང་སྟེལ་སོགས་



སྒྲ་མེ། རང་གི་གདམས་པ་དང་། མྱོང་རྟོགས་དང་། ཡི་དམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་སོགས་ཕྱག་གིས་  
གངས་མཚལ་སོགས་གྱིས་བྲིས་པའི་ཤོག་དྲིལ་ཆུང་ཆུང་རྩ་མཐའ་བྱིན་སྤྲུགས་གྱི་རྟེན་ཏུ་  
གནང་ཞིང་། འོག་མིན་དུ་མཇལ་བའི་སྒྲོན་ལམ་མཛད། རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་ཡང་  
ཕྱི་ཕྱག་དང་མཚོན་པ་མཛད།

ཁྱད་པར་དོ་རྗེའི་གདན་དུ་སྒྲིན་པོ་མཚོན་པ་བྱེད་པ་དང་དུས་མཚུངས་པས་མཚན་མོ་  
ཞིག་མི་མ་ཡིན་གྱི་ཀླ་ཙའི་སྒྲ་ཆེན་པོ་བྱང་། སང་ཉིན་གཏོ་ལའི་མདུན་ན་སྒྲིན་པོ་ཅིག་གི་  
བའི་རོ་འདུག་སྟེ་གདོང་པ་ལ་མཐོ་བཅུ་དྲུག་འདུག བྱུག་སྒྲུམ་ཟེར་བའི་ཡི་གེ་གཉིས་སྟུང་།  
དེར་མི་ཐམས་ཅད་སྒྲག་ཞིང་རེག་མི་རུས་པར་འདུག་པས་རྗེ་མར་བས་རང་གི་ལུས་སྒྲུང་  
བའི་གྲོགས་བཞག་སྟེ་གོང་འཇུག་མཛད། སྒྲིན་པོའི་རོ་ལ་ཞུགས་སྟེ་རོང་ཁྱད་ཞིག་ཏུ་  
བསྐྱལ་བས་མི་ཐམས་ཅད་དགའ་ཞིང་གྲུབ་ཐོབ་རྩྱུང་མེད་ཏུ་གྲགས་སོ།

དེ་ནས་བྲམ་ཟེས་མཆོག་གི་རྟེན་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་སྒྲུལ་རྟེན་དང་། མི་མཉམ་དོ་རྗེ་  
དང་། ལུ་མོ་ཅན་མ་དང་། ཀླུ་ལི་དང་། བྲམ་ཟེའི་ཁྱེལ་གསེར་སྤེང་ཅན་ལ་སོགས་མཚོན་  
ལུ་ཕུམ་ཕྱགས་ཉེ་བ་རྣམས་གྱིས་རིང་མོར་བསྐྱལ་ཞིང་། ཁྱད་པར་ཨ་སྒྲིའི་ཆལ་དུ་སྐྱེལ་བྱང་གི་  
ཆོགས་འཁོར་མཛད་པའི་ཆོ་དབྱེས་པ་དང་། སྒྲོ་བ་དང་། འཆོར་བ་དུས་གཅིག་དུ་བྱུང་ནས།  
**རྒྱལ་པོ་འབྲུག་མ་ཞེས་བྱ་བ་མགུར་ཆེན་ལམ་སྒྲུ་རིང་མོ་འདི་ལུང་བ་ཅི་བཅུད་སྤངས་**  
**ནས། རྒྱང་རིང་དུ་འཕྱར་འགྲོ་བའི་རྣམ་པ་ལ་རྟ་དྲངས་ནས་གསུངས་པ།**

རྗེ་འགོ་བ་འདྲེན་མཛད་བཀའ་དྲིན་ཅན།

གྲུབ་ཐོབ་རྒྱུད་པའི་སྤྲ་མ་རྣམས།

མི་འབྲལ་སྤྱི་གཙུག་རྒྱན་དུ་བཞུགས།

བཞུགས་ནས་དབང་བསྐྱར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས།

རྒྱལ་པོ་གྱི་ན་རོ་པར་ཆེན་དང་།

བོད་ཡུལ་གྱི་མར་པ་ལོ་རྒྱ་གནིས།  
 དང་པོ་ཞལ་མཐོང་ལྷ་མ་ནས།  
 ལོ་དྲུག་དང་ནི་རྩ་བ་དུཅ་དུ།  
 ཏུ་རྒྱ་ད་ཅིག་ཡང་མ་བྲལ་འགྲོགས་པའི་བྱིར།  
 ལྷགས་ལ་མི་འདྲགས་ཀྱི་དོགས་མ་མཆིས།

དཔལ་མེད་ཉག་མདངས་འཕྲོག་གི་དགོན་པ་དེར།  
 དབང་བཞིའི་རྩ་བོ་རྫོགས་པར་བསྐྱར།  
 ལྷན་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་མཐར་ཐུག་གནང་།  
 བླ་མེད་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ།  
 གཉིས་མེད་ཚེ་གཅིག་གཞིར་བཞག་ནས།  
 སེམས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བར་ཟིན་བྱས།

ཁ་བ་ཅན་ལྗོངས་ཀྱང་སྤྲུགས་སྟེ།  
ལུང་བསྟན་བྱུང་ཆ་བ་བསྟོན་པའི་མྱིར།  
དེ་ནི་པན་ཆུང་བོད་ཏུ་འགྲོ།

བན་རྩུང་བོད་ཏུ་འགོ་བ་ལ།  
 ལུའ་ན་མེང་བ་རྣམ་གསུམ་ཡོད།  
 ཡིད་ལ་བཅགས་པ་རྣམ་གསུམ་ཡོད།  
 ལམ་ན་འཛིགས་པ་རྣམ་གསུམ་ཡོད།  
 བར་ན་འཛེར་བ་རྣམ་གསུམ་ཡོད།  
 མདུན་ན་བྱོད་བ་རྣམ་གསུམ་ཡོད།

ངོ་མཚར་ཆེ་བ་རྣམ་གསུམ་ཡོད།།

སྤྱད་ལི་ཕྱིར་རྗེས་མ་སྦྱར་ན།།

ཆོག་དེས་དོན་གྱི་བདེ་མི་འཇལ།།

ན་རོ་དང་མི་ཉིས་དབུ་མཛད་པའི།།

གྲུབ་ཐོབ་གྱི་སྒྲ་མ་རྗེ་བཙུན་རྣམས།།

འདི་ལྟལ་དུ་ལུས་སྟེ་མ་བས་ཐེང་།།

དཔལ་འཛིགས་མེད་གྲགས་པས་དབུ་མཛད་པའི།།

དམ་ཆོག་ཅན་གྱི་མཆེད་གྲོགས་རྣམས།།

འདི་ལྟལ་དུ་ལུས་སྟེ་མ་བས་ཐེང་།།

གནས་སྤྱུ་ཉ་རིས་སྒྲ་དངས་པའི།།

ཕྱིན་སྒྲུབས་ཅན་གྱི་སྦྱབ་གནས་རྣམས།།

འདི་ལྟལ་དུ་ལུས་སྟེ་མ་བས་ཐེང་།།

རྩམ་པོ་རྩི་ཨ་ཤོ་ཀ།།

དྲིན་ཅན་གྱི་གནས་པོ་ཕོ་མོ་རྣམས།།

འདི་འབྲལ་མ་ཡོད་སྟེ་ཡིད་ལ་བཅགས།།

བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་གསེར་ཐེང་ཅན།།

ཆོ་སྒོག་འཐུད་པའི་གྲོགས་པོ་བྲས།།

འདི་འབྲལ་མ་ཡོད་སྟེ་ཡིད་ལ་བཅགས།།

དེད་དཔོན་གྱི་བྱ་མོ་སྦྱོར་སངས་མ།།

མཚན་ལྟ་བུ་ཕྱག་རྒྱ་རྟེན་བརྟེན་ནས།

འདི་འབྲལ་མ་ཡོད་ལྟེ་ཡིད་ལ་བཅགས།

གར་རྩ་བོ་གཞུས་སྒྲ་དངས་ནས།

མཚོ་དྲག་མཚོ་ཁོལ་མ་ད་གདོད་ཀྱལ།

འདི་མ་མཐོང་གོང་ནས་ང་རེ་འཛིགས།

གོང་ཁྱེད་ཉི་ར་རྩ་ཉི་དེར།

ཁྱེད་མེད་ཀྱི་ཤོ་གམ་བརྩ་གཅིག་འབེབས།

འདི་མ་མཐོང་གོང་ནས་ང་རེ་འཛིགས།

རི་ལྷ་ཤུ་རི་ཡི་ནགས་འདབ་ན།

མི་རྩ་བོ་རྩ་བོ་ལས་སྒྲ་ནས་གསུ།

འདི་མ་མཐོང་གོང་ནས་ང་རེ་འཛིགས།

སྒྲ་བ་ལ་ཉི་ཉིས་སྒྲ་དངས་པའི།

གཅན་སྒྲ་ཟམ་པ་བརྩ་བརྩ་ཡོད།

ཀྱི་མ་དཔལ་རྩ་བས་ཀྱང་འཛོར།

ལ་ཁ་ལ་བྱེ་ལས་སྒྲ་དངས་པའི།

ལ་ཆེན་བརྩ་དང་བརྩ་དུ་ཡོད།

ཀྱི་མ་དཔལ་རྩ་བས་ཀྱང་འཛོར།

ཐང་དཔལ་མོ་དཔལ་ཐང་གིས་སྒྲ་དངས་པའི།

ཐང་ཆེན་བརྩ་དང་བརྩ་དུ་ཡོད།

སེམས་ལ་དདུལ་ཁུ་བས་ཀྱང་འཛེར།

སྒྲ་ཀ་ལ་ཅན་སྒྲ་ལྟ་བུ་དངས་པའི།

སྒྲ་སྒྲ་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ཤེས།

ཤོགས་ལོ་ཙྰ་ཆོ་ཆོགས་ན་ང་འཛོད།

དཔལ་དབྱིས་དོར་དང་གདན་བཞིས་སྒྲ་དངས་པའི།

རྒྱད་འགྲེལ་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ཤེས།

ཤོགས་སྟོན་ཆེན་ཆོ་ཆོགས་ན་ང་འཛོད།

ན་འོ་ཆོས་དུག་གིས་སྒྲ་དངས་པའི།

གདམས་ངག་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ཤེས།

ཤོགས་སྒྲོམ་ཆེན་ཆོ་ཆོགས་ན་ང་འཛོད།

བསྐྱེད་པ་དང་འཕོ་བ་མ་གཏོགས་པའི།

ཁྱད་ཆོས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ཤེས།

ངོ་མཆར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

འཛིན་པའི་སྒྲ་འཁྱེད་མ་གཏོགས་པའི།

ཆོགས་འཛིན་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ཤེས།

ཆེན་ངོ་མཆར་དེ་ཆེ་མོད།

དུད་སོལ་ལྷ་མོ་མ་གཏོགས་པའི།

བསྟན་སྒྲུང་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ཤེས།

ཆེན་ངོ་མཆར་དེ་ཆེ་མོད།

དེ་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་རྗེ་ཡི་དྲིན།  
 འབངས་དྲིན་ལན་གཞལ་གྱིས་མི་ལོར་གྱིས།  
 རྩོམ་འབྲལ་སྤྱི་གཙུག་རྒྱན་དུ་བཞུགས།

དེ་ལོག་མཆེད་དང་ལྷམ་དལ་རྣམས།  
 བན་རྒྱུ་བོད་ཏུ་འགོ་བ་ལ།  
 རྒྱན་བར་ཆད་མེད་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ལ།

ཆེ་འདི་ལ་མཇལ་བ་ཡོང་མི་མཆི།  
 ཡོ་རྒྱན་གནས་སམ་མཁའ་སྤྱོད་ཏུ།  
 ཆེ་བྱི་མ་ཅིས་ཀྱང་མཇལ་བར་ལ།

ཞེས་གསུངས་པས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆབ་ཤོར། གཏུང་བའི་མེམས་གྱིས་ཆེ་བྱི་མ་  
 མཇལ་བའི་སྤོན་ལམ་མང་པོ་བཏབ་སྐད། དེར་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྟེན་སྣ་ཆོགས་པ་རྣམས་དབུ་  
 རྒྱས་སུ་བཞག་སྟེ་མཆོད་པ་བྲལ། འདི་རྣམས་གཅིག་དུ་བསྐྱེམས་པའི་རྟེན་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 བྱེད་སྒྲུབ་པ་ན། མནལ་ལམ་དུ་བྱད་མེད་ཤིང་ལོའི་གོས་རྒྱན་པ་དེས་ཁ་ཆེའི་ལྟ་གཞོམ་  
 ཡིན་ཟེར་བའི་བྱད་མེད་དཀར་མོ་ཞིག་ཁྲིད་ནས་གཞོ་བྱེད་པ་བཞིས་པས། ནང་བར་མནལ་  
 སད་ཆེ་ཤིང་རྣམས་ཅིག་པ་དང་གཞན་རྣམས་རྟེན་རྫོངས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་མཆོད་རྟེན་སྟོར་མང་  
 གི་རྣམ་པར་རང་བྱུང་དུ་གདའ་སྐད།

མཆོད་རྟེན་རང་བྱུང་དང་། གྲུང་པོ་ཆའི་གོ་བ་ལས་ཞལ་རས་བྱས་པ་གྲུབ་ཆེན་མང་  
 པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོའི་སྤྱི་འབག་དང་གཉིས་པོ་མཁའ་འགྲོས་ན་  
 མཁའ་ལ་གདན་དྲངས་པ་མེབས་པའི་དུས་གཞིའི་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་རྒྱུང་གིས་གསུ་བ་བྱས་  
 པའི་རྒྱན་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་བཅུ་གཉིས་པའི་བཙུ་ལ་དེང་དུའང་སྟལ་མ་ཆད་པ་སྣང་།

ཀུ་པོ་གཞུ་བཀའ་ཚེ་ཤི་སྤྱིད་བྱ་བ་སྟོག་ལ་མི་ལྟ་བུའི་ཚམ་པོ་ཀ་ར་སྤྱི་རྩེ་མེ་རྟོག་གིས་  
མགོ་བཀྲིས་པ་རི་དང་ཐང་ལ་རྒྱང་ལྟར་མཁྱོགས་པ། ཀུ་ལ་ཉ་ལྟར་འཇུལ་བ་གཉིས་  
བཟླགས་མོ་བྱེད་ཅིང་བྱུང་བས་སྒྲུངས་ཅིང་སྒྲུག་པ་ན། མངའ་བདག་གཤིན་རྗེ་སྟོག་འཕྲོག་  
སྟོག་ཞེས་རྗེ་མི་ཉི་པ་སྤྱི་པོར་བསྟོམས་པས་རྒྱུར་ཡོང་འཕྲོ་ལ་མ་མཐོང་བར་ལོག་སོང་།  
ཡང་བལྟས་ནས་རྒྱུར་བྱུང་། དེ་ལྟ་བུ་ལན་བདུན་གྱི་མཐར་མིག་ཡང་མི་ལྟ་བུར་སོང་།

བ་ལི་བ་བྱ་བྱ་བའི་གྲོང་ཞིག་ན་བུ་མོ་ཞིག་ཤིང་རྟོག་སྒྲུང་གི་འདུག་པ་ལ་སྒྲོངས་པས་ཨ་  
མ་ལ་སྒྲོངས་ཟེར། མ་ནུལ་འབྱོར་མ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་སྒྲོངས་པས་དེས་ལྟ་སྒྲུངས་ཅིག་བྱས་  
པས་ཤིང་རྟོག་བཟང་པོ་སྟོ་ཚོགས་པ་ཤིབ་གྱིས་པོ་བྱུང་བ་བལྟས། གཅིག་གི་ནང་ཁ་བྱེ་ནས་  
གཟིགས་པས་བདག་མེད་མ་ལྟ་མོ་བཙོ་ལྟ་བུ་ཅི་འོད་གྱི་ལུགས་སུ་ཞལ་གཟིགས། དེ་  
གཉིས་མཁའ་འཕྲོ་མར་འདུག་གསུང་།

བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེའི་ཐིག་ལས་རྒྱ་མཚོའི་བར་དུ་ཉི་འོད་ལྟར་བདལ་བའི་ཟེར་མ་  
བཟོད་པས་དད་པ་དང་དག་སྦྱང་གི་མིག་ལྟོངས། ལྷ་དོག་དང་ལོག་ལྟའི་མུན་པ་འཕེལ་བ་  
ཁ་ཅིག་མར་བ་དང་ན་རོ་བ་དུས་མི་མཚུངས་པས་མ་མཇལ་བྱ་བ་དང་། མར་བས་མཇལ་  
བ་དེ་ན་རོ་རྩ་མགོ་བྱ་བ་ན་རོ་བ་དངོས་མིན་བྱ་བ་སྟོགས་ཟེར་བ་ནི། ཚོས་དང་གང་ཟག་ལ་  
སྤྱད་པ་ལ་ངང་བ་བདེ་མཚོར་འཇུག་པ་ལྟར་སྟོ་བ།

**མི་ཤེས་ནམ་དུ་མེད་པར་རྒྱ་བཞིལིས།**

**ནམ་དུ་མེས་པའི་ཁ་ནི་བདུད་གྱིས་བྱེ།**

ཞེས་པའི་སྟོ་འབྱེད་པ་པོ་བྱུང་བ། རྩོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱས་ནམས་ཚོས་ཅན། རང་གཟོའི་  
བརྟུན་ཡིན་སྟེ། ལོ་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། བདག་ཅག་གིས་བརྟོད་པའི་ལོ་རྒྱས་  
ནམས་བཞིན་ནོ་ཞེས་པའི་རྟགས་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་རང་ལ་རྒྱས་ཡོད་ཏེ་བྱུང་བ་དག་གིས།  
རྩོན་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ལ་འོད་སྒྲུང་རྫོགས་ཀྱི་དུང་ལ་སྟོགས་པས་དགེ་སྦྱོང་གོ་ཏེ་མ་སྟེ་

གྲིའི་མེར་བ་འཕེབས་ཅིང་འོང་རྟེན་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་འགྱུར་རྟེན་མཐོག་པ་དང་  
མཚུངས་པས་ཆོས་པའི་ན་གྱི་ཚེད་ཡུལ་ག་ལ་ཡིན། བ་རོ་པ་དང་མཆའ་རྒྱལ་མཁུལ་དང་  
རྣམ་ཐར་འདི་ཅམ་པ་ལུགས་པ། རྩོན་ཡུང་ལོ་རྒྱུ་གྱི་ཆོད་མ་དང་། ལུ་ལ་ཉ་རི་ན་དཔོན་  
སྟོབ་གཉིས་མཆའ་པའི་ཞལ་སྤེལ་པ་སོགས་རྒྱ་གར་ན་རྒྱུར་རྒྱུར་གསལ་པ། གསལ་  
པའི་གཏུན་ཆོག་སྤངས་དང་། བརྒྱད་པ་འདིའི་མཁ་དག་རྒྱ་པོད་ན་གཞན་སྤེལ་ཡང་མ་གསལ་  
པ་ད་རྩེད་དེ་རྟེན་ཡུང་ཐོབ་པ་རྒྱུ་མ་ཆད་པ་འདི་རྟེན་ཅིག་པ་ལུགས་པ། དེས་ལོ་རྩེད་པས་  
ལུགས་གྱི་ཆོད་མ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་རྟེན་དཔག་ལ་སོགས་པས་ཡུལ་པོ།

གལ་སྟེ་རྣམ་ཐར་རྣམས་མ་གཅིག་གོ་ཞེན། གདུལ་བྱ་སོ་སོའི་སྐལ་བ་བཞིན་སྤར་བ་  
འཆར་བ་ལ་སུ་ཞིག་གིས་ཆད་འཛིན། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དུགས་སྟོན་པ་མཇལ་བ་ཁོན་  
ལའང་མི་གཅིག་པའི་མདོ་འདི་སྟེད་སྤར་བ་ལྟོས་ཅིག།

རྒྱུ་འབྱུང་ལ་ལྟོད་པ་ལ་གསེགས་པ་འདི་ཡང་ཁའི་གསེགས་སྒྲུ་འདས་ཅིང་གདུང་  
 རྒྱུ་ལ་པར་སྒྲུང་པ་ཡང་ལུང་། སྒོ་བ་མ་མཁུང་ལ་ཞལ་གདམས་དང་ཕྱིན་རྒྱལ་གྱི་རྟེན་  
 སོ་སོར་གནད་སྟེ། བགས་དང་དུར་ཁྲོད་ཤོང་ཁྲོང་ལ་སོགས་པར་རིག་པ་བརྒྱུ་ལུགས་ཀྱི་  
 ཁྲོད་པ་དང་། ཁྲོན་པའི་ཁྲོད་པས་རྒྱ་ཁིང་སྒྲུ་ལུས་གཞུགས་སྒྲུ་མོགས་པར་བརྒྱུར་ཁིང་སྒྲུང་  
 པ་དང་མི་སྒྲུང་པ་དུ་མ་སྟོན་པར་སྒྲུང་། ཁའི་གསེགས་སྒྲུ་ལུས་འདི་སེམས་ཁའི་ཁྲོད་ཁྲོན་པར་  
 ཡང་སྒྲུང་རྟོ།།



# (གསུམ་པ་བོད་ལ་བྱོན་ཚུལ་ནི།)

ཡང་ཐུགས་ནས་ཚུར་འབྱོན་གར་ནལ་འབྱོར་པ་གཅིག་གིས་ཚོགས་འཁོར་བྱས་སྟེ།  
 ཚོགས་གལ་དུ་ནལ་འབྱོར་པ་རྒྱ་འབྲལ་ཐོབ་པ་བཞི་བརྒྱ། མཁས་པ་བརྩེ་ཏ་ཐུབ་པའི་  
 གསུང་དང་མི་འགལ་བ་བཞི་བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་པའི་ཚེ། རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ན་རེ། ལོ་  
 ལྔ་བ་ཁྱེད་ཀྱིས་རྩེ་ན་རོ་པའི་དུང་དུ་རོ་མཚར་གྱི་ལྷས་ཅི་གཟིགས་ཟེར་བ་ལ། ལན་  
 གསུངས་པ།

རྩེ་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ།  
 དཔལ་རྣམས་སྒྲིལ་ཞིང་ཞབས་ལ་འདུད།

ཁ་སང་དགུང་ལྔ་ཡར་འདས་ཀྱི།  
 རྒྱད་པར་ཡར་འོའི་བརྒྱབ་ནི་ལ།  
 དུར་ཁྱོད་ཆེན་པོ་སོས་གླིང་།  
 འཇིགས་སུ་རུང་བའི་ཕོ་བྲང་དུ།  
 ཟབ་མོ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བྱས།  
 རོ་མཚར་མཐོང་སྒྲང་སྒྲ་ཚོགས་བྱང་།

སྤྱི་གཙུག་དབྱིངས་སུ་སྒྲ་མ་གསལ།  
 འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་སྒྲ་མ་དེ།  
 བཅོམ་ལྷན་བདེ་མཚོག་དངོས་སུ་མཐོང་།  
 ཡབ་ཡུམ་སྐྱུ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།  
 ཐེག་མཚོག་གསང་སྤྲགས་ལྟ་ཚོགས་རྣམས།  
 གང་ཡང་མ་ལུས་གསལ་བར་མཐོང་།

མི་སྦྱོད་ཞོར་བུ་ཡན་ཆད་ལ།  
 ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་འདི་འདྲ་མཐོང་།  
 ཟླ་བ་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ལ།  
 བདེ་མཆོག་ཡབ་ཡུམ་དཀར་དམར་མཐོང་།  
 ཡབ་ཡུམ་སྙན་མཆོག་གཡས་གཡོན་ལ།  
 དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་ཆད་བར་མཐོང་།

སྐྱ་སྐྱད་སྟག་གི་ཤམ་ཐབས་ལ།  
 འག་པོ་ཆེན་པོ་བྱག་བཞི་བ།  
 འགྲིང་བག་འཛིགས་པའི་རྒྱལ་མཛད་ཅིང་།  
 གད་རྒྱུངས་ཏ་ཏ་སྒྲོག་པ་མཐོང་།

ལར་མར་པོ་མཐོང་སྟེ་བཞུགས་མི་ལང་།  
 རྩོམ་པའི་ཅན་གྱི་སྐྱ་བོ་ལགས།

ཞལ་ནས་བཀའ་བརྒྱལ་འདི་སྐྱོད་གསུང་།  
 རིན་ཆེན་སེམས་ཉིད་མ་རྟོགས་ཆོ།  
 མཐོང་སྣང་ལ་སྒོ་གཏད་མ་བྱེད་ཅིག།

གྲུབ་ཐོབ་ཐོགས་རྟགས་མ་མཆིས་པའི།  
 རྣལ་འབྱོར་ལོ་མོ་སྙན་གསོན་དང་།  
 ཐུབ་པའི་གསུང་དང་མི་འགལ་པའི།  
 མཁས་པ་བཀ་ཆེན་སྙན་གསོན་དང་།  
 འགྲུབ་དངས་སངས་མ་གཏོགས་པའི།

ཟབ་དོན་ལོགས་ན་ཡོད་མ་ཡིན།།

འགྲུ་བ་དག་ཡང་ཡིད་ཡིན་ལ།།

ཡིད་ཀྱང་འགྲུ་བ་ཡིན་པར་ངེས།།

གཉིས་ཀ་རིག་པའི་ངོ་བོ་དེ།།

མཉམ་པར་བཞག་ན་མྱ་ངན་འདས།།

མ་རྟོགས་དུས་སུ་འཁོར་བ་ཡིན།།

གཞི་རྩ་ཆོད་ན་རྟོགས་འཆང་བྱ།།

དེ་ན་ལ་འབྱོར་བ་དག་གི་ཉམས་མྱོང་ཡིན།།

ཁྱེད་འདིར་བཞུགས་ཐུགས་དགུས་དེ་ལ་མཛོད།།

ལར་བསམས་ཅིང་སྐྱེ་བྱེད་ཆེ་བའི་ཕྱིར།།

དཔལ་རྣམས་སྒྲིམ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐབས་མེད།།

རྒྱུད་ལྡན་བཞི་ཡི་དོན་སྟོང་གནད།།

རིན་ཆེན་རྩ་རྒྱུད་རང་གི་ལུས།།

འཁོར་ལོ་བཞི་ཡི་ཐེམ་བར་དུ།།

རིག་པའི་རྩ་ཆེན་དེ་ཉིད་ཀྱིས།།

མ་ཡིངས་ཅན་འི་མེ་ཆེན་བྱས།།

དེ་སྒྲིམ་པའི་གནད་ཀྱིས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན།།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཆོག་འབབ་པ་ལ།།

སྟོང་ནས་གནད་དུ་བསྐྱེད་བྱུར་ན།།

རྟོ་རྟོའི་ལུས་སེམས་རྟོགས་པར་ངེས།།

ཅས་གསུངས་པས། དེ་ཐམས་ཅད་དང་པར་གྱུར་སྐད། དེའི་ཆེ་ལྡན་དང་མཁའ་འགྲོས་  
སྟན་པར་བསྐྱགས་པའི་བྱིར། རྒྱ་བལ་ཐམས་ཅད་ཏུ་དཔལ་ན་རོ་བ་སྟོན་པ་ལ་གཤེགས་  
ནས་བོད་ཀྱི་མར་པ་ལོ་ལྷན་མཇལ་སྟེ་གྲུབ་པ་ཐོབ་ཅས་ཉི་ཟླ་ལྟར་གྲགས་པས། གར་བྱོན་  
དུ་ངོ་འཚལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐུག་དང་མཚོན་པ་རུབ་རུབ་ཏུ་བྱུང་སྐད།

ལན་བྱི་མ་འདི་ལ་རྒྱ་གར་དུ་ལོ་མང་དུ་མ་བཞུགས་པར་འཆད་པ་མང་བར་འདུག་  
ཀྱང་། མིན་པོ་དོ་རྩེ་གདན་དུ་མཚོན་པ་བྱེད་པ་འདི་བྱ་ལོའི་དུས་མཚོན་ལ་ཡོང་བར་གྲགས་  
ཅིང་། རྒྱ་འབྲོན་པའི་གླིང་གྲ་བཤལ་བ་དེ། དུས་ན་ནིང་གཤུག་པ་སྐྱལ་གྱི་ལོ། །ཞེས་བྱུང་  
བས་འདི་ལ་འང་ལོ་བརྒྱད་དགུ་ཙམ་བཞུགས་པ་འདྲ་བར་སྒྲུང་ངོ་།

དེ་ནས་བལ་པོར་ཐེབས། སྤྱི་ཐེར་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐུན་ཅན་དེ་ནི་སྤྱི་ཡལ་འདུག །ཤེར་བ་ལ་  
སོགས་པས་སྒྲ་ལེན་དུ་ཆོགས་ཅིག་བཤམས་པའི་གལ་དུ་ཤེར་བའི་ཞལ་ནས། བྱེད་དཔོན་  
སྟོབ་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་དང་མོས་གུས་མཚུངས་པས་མཇལ་ངེས་བྱས་པ་ལྟར་མཇལ་བའི་སྟན་པ་  
ནི་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ང་ལོག་ནས་གང་གང་དུ་བཅུལ། གང་དུ་མཇལ། རོ་མཚར་བ་ཅི་བྱུང་།  
གཞན་སྒྲ་མ་རི་ལྟ་བུ་བརྟེན། དེད་རྣམས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱུད་འདི་ལོ་ལྷ་བ་བྱོན་སྟེས་ཀྱི་དགའ་  
སྟོན་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ཞིག་ལེན་དགོས་གསུང་བས། སྒྲ་མ་དང་མཇལ་རྒྱལ་ངོ་  
མཚར་ལྟས་བརྒྱད་ཀྱི་མགྱུར་ཆེན་འདི། ཡིད་གདུང་བས་སྒྲོ་བ་གསེང་བྱེད་ཆོས་སྒྲོང་གི་  
གསུགས་སྤྱིའི་སྐད་ལ་ཏྲ་བྱངས་ནས་བཞེངས་པ།

དཔལ་ཀ་ན་ཀ་སྤྱིས་དབུ་མཛད་པའི།

འདིར་བཞུགས་གསན་ཞིག་མཆོད་གྲོགས་རྣམས།

མི་ངར་གང་ཡིན་ཟེར་ཅོན།

མཚན་སྟན་མར་པ་ལོ་ལྷ་ཡིན།

ལྟེ་བ་བོད་ཡུལ་དབུས་སུ་བཅད།

སྤངས་པ་ལྟོ་བལ་རྒྱ་རྒྱུས།  
 ཀླག་ལྟལ་དུ་ལན་གསུམ་ཕྱིན།  
 དུས་ད་ཤེས་ནན་ཏན་ཞུས་ཏིག་བྱས།

ཞབས་པད་སྤྱི་པོས་ཤེག་མཛད་ཅིང་།  
 གསུང་དོན་བདུད་ཅིའི་རྗེས་གནང་བའི།  
 སྤྱིར་ཆོས་འབྲེལ་པ་ཙམ་གྱི་སྒྲ་མ་མང་།  
 དཔལ་སིང་ལྟ་གྲིང་བས་སྒྲ་བྲངས་པའི།  
 མངོན་ཤེས་ཤིག་པ་མངའ་བརྟེན་ཅིང་།  
 སྤང་བ་འགྱུར་ཤེས་བརྒྱ་གསུམ་བཞུགས།

ཀླན་གྱི་ནང་ནས་མཆོད་ལྗོང་བཞིན།  
 རྗེ་འགན་གྱི་དོ་མེད་ན་རོ་བ།  
 དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་མི་གཟུགས་ཅན།  
 རྗེ་ཁོང་གི་དྲིན་ལ་འཁོར་བྱབས་མེད།  
 ཡ་ཡིད་ལ་བཅགས་སོ་སྤྱལ་བའི་སྤྱ།  
 མི་ཁོ་བོས་མ་བཅའ་ས་ཕྱོགས་མེད།  
 ཞལ་ཡང་དེ་མཛལ་དེ་མ་མཛལ།

རི་སྤན་པ་ཅན་གྱི་ནགས་འདབ་ཏུ།  
 རོ་མཚར་ཤེལ་གྱི་ཡ་བོང་ལ།  
 རྒྱ་ཡིས་འབྱར་དུ་བཀོས་པ་བཞིན།  
 ཡ་རྗེ་བརྩན་གཤེགས་པའི་ཞབས་རྗེས་མཐོང་།

ལའང་མཆར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

ཤིང་ཅན་ཐུག་སྐྱབ་ཀྱི་སྒྲོང་པོ་ལ།  
 བ་པོའི་སྤྲུག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆུ་ལ་འབྲུལ་གྱི།  
 དཔྱེས་དྲོད་སྒྲུལ་པའི་ལྷ་དགུ་ཡི།  
 ལུས་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་མའི་སྤྲུག་ག་ནས།  
 ལུ་སྤྲུག་གི་འཁོར་ལོ་དེ།  
 སྤྱི་གད་ཅི་མོས་བྱིས་པ་དང་ལས།  
 འོད་ཟེར་སྒྲ་མོག་ས་འཕྲོས་པ་ཡིས།  
 བདག་ལ་རྟེན་སྤྲུག་ནང་བ་མཛད།  
 རི་མཚར་ཆེན་དེ་ཆོས་དྲུག་ལ།

ང་པར་དབང་མེད་པར་མཆི་མ་ཤོར།  
 ཅུ་སྟིང་འདོད་པའི་གདུང་སེམས་སྟེས།  
 རབ་རྒྱུ་མ་བཟོད་སྟེ་སྟེས་པ་ཉོན།  
 ཅེ་གཅིག་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ།  
 ལྷག་ས་རྗེས་གཟིགས་ནས་མདུན་དུ་བྱོན།  
 མཐོང་ལམ་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་སྟེས།  
 རོ་མཆར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

ངས་དགོན་པའི་རིག་ཆེན་གསེར་སྡེ་ལུ།  
ང་ཅི་དེ་ཀྱང་མི་འདོད་གསུང་།  
ཡང་ཡང་བསྐྱར་སྡེ་བཞེས་པར་ཁྱས།

པ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་མཆོད་ཅིག་གསུང་།  
 རྟོས་མེད་ནགས་ཀྱི་གསེབ་རྒྱ་གཏོར།  
 ཁོ་བོ་འཕངས་སེམས་སྒྲེས་པ་ལས།  
 ཁྱོད་འདོད་ན་སྒྲར་ཡང་ཡོད་ཏེ་གསུང་།  
 བྲག་ཐལ་སྒྲར་སྟེམ་པ་ཁ་བྱེ་བས།  
 མ་གོད་མ་ཉམས་སྒྲ་མ་བཞིན།  
 རོ་མཚར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

ཞབས་ཐེ་བོང་ས་ལ་བདབས་པ་ལས།  
 རོ་དང་བསེག་མ་གསེར་རྒྱ་བྱུང་།  
 ཐམས་ཅད་གསེར་གླིང་ཡིན་ནོ་གསུང་།  
 རོ་མཚར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

སྒྲུན་ལྟ་སྒྲངས་མཁའ་ལ་གཟིགས་པ་ཡིས།  
 ལྟང་དཀར་ཉ་ཡི་ཁོག་པ་ནས།  
 ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་མཆོད་པ་བཤམས།  
 རོ་བརྒྱ་ལྟན་པའི་ཁ་ཟས་བྱུང་།  
 རོ་མཚར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་རྒྱུ་བྱུང་།  
 བྲས་བྲས་སྒྲུང་འཁོར་ཁ་ཉས་ཁྱེད།  
 ལྟ་སྒྲངས་སྟེགས་མཛུབ་མཛད་མ་ཐག།  
 ཁ་ཉ་རེངས་ནས་ས་ལ་ལྟུང་།

བར་ཆད་བདུད་ལས་རྒྱལ་ལོ་གསུང་།  
རོ་མཚར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

ཁྱོད་འདི་རུ་མ་འདུག་བོད་ལ་སོང་།  
ལྗོངས་བྱང་ཁྱོགས་ཁ་བ་ཅན་རྒྱུད་ན།  
གཏུལ་བྱ་སྒོད་ལྡན་ཡོད་དོ་ཅེས།  
ལུང་བསྟན་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཐོབ།  
རོ་མཚར་ཆེན་དེ་ཆེ་མོད།

རྒྱལ་སྐྱེན་རོ་བཏ་ཆེན་ལ།  
རོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཐོང་ལུགས་བརྒྱད།  
ཁྱོད་དོ་རྩོམ་དཔྱན་རྣམས་མ་གཏོགས་པ།  
ཁོང་གཞན་ལ་རྒྱས་ན་ཡིད་མི་ཆེས།

ད་རུས་བསྟན་པའི་རྟིགས་མ་ལ།  
ལོག་རྟིག་སྐྱེ་བོ་ཕྱ་དོག་ཆེ།  
ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་སྒྲོ་སྒྲུང་འདེབས།  
དེ་ཕྱིར་རང་མིན་གཞན་རྣམས་ལ།  
བཀའ་མཆིད་མི་དཔེལ་གསང་བར་ལྷ།

དབྱངས་མཆོད་བར་འབུལ་ལོ་སྒྲ་མ་རྩེ།  
ཐུགས་དབྱེས་བར་མཛོད་ཅིག་སྙིང་གོགས་རྣམས།

ཅེས་གསུངས་པས་ཀྱན་རོ་མཚར་དུ་གྱུར་ཏོ། །ཡང་དགོ་སྒོར་འཛིགས་མེད་གྲགས་པ་



སོགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཐེང་པའི་དུས་མཚན་ཆོས་བརྩའི་མཚན་པ་ཅིག་མཛད་པའི་ཚེ། ཁོང་ན་རེ།  
རྩི་མི་ཁྱིའི་པ་དེ་ལྟ་བུ་འཁྱར་བཞེད་ཟེར་བ་ལ། ལན་གསུངས་པ།

དཔལ་འཁྱོད་ཞབས་ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་ཅིང་།  
དགོངས་པའི་མཐར་ཐུག་སྒྲིང་པོའི་དོན།  
ཆོས་ལུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་མངའ་བརྟེན་པ།  
རྩི་མངའ་བདག་ཆེན་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད།

གོགས་སྒྲིང་དང་འབྲ་བ་དོ་རྩིའི་དཔུན།  
འབྲལ་ཐབས་མེད་དོ་མཆེད་ལྷུ་མ་རྣམས།  
ཐ་དད་ལུས་ལ་སེམས་རྒྱུད་གཅིག།  
དཔལ་འཁྱོད་མེད་གྲགས་པ་མ་ལགས་སམ།

ང་རྒྱ་གར་ཡུལ་ནས་ཡོང་བ་དང་།  
ཁྱེད་བལ་ཡུལ་མཐིལ་དུ་བཞུགས་པ་གཉིས།  
ཆོ་འདུ་ཁྱེད་དབང་དུ་མ་ཐལ་བར།  
ཁ་སང་དེ་རིང་དུས་བབ་པའ།  
མཁའ་འགོ་མཚན་པའི་ཆོགས་གལ་དུ།  
དུས་མཚུངས་ཞལ་ཡང་འཛོམ་པ་དེ།  
དམ་ཆོག་ངོ་ཤློག་མེད་པར་ངེས།  
མི་ཁོ་བོ་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་བ་སྤྱེས།  
ཁྱེད་དགའ་རུ་ཆོར་རམ་འདིར་བཞུགས་རྣམས།  
ང་སྤྱོད་སྤྱོད་པོད་ཀྱི་བན་རུང་ལ།

མི་བྱེད་གྱིས་མཚན་སྟན་ལོ་རྩེར་བཏགས།  
 བྱེད་པོད་གྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ལོང་ཟེར།  
 དག་འདྲན་པའི་གྲོ་འབྱར་མི་བདེ་ཡང་།  
 བྱེད་པོང་མ་རྣམས་གྱི་བཀའ་མ་ཚོགས།

རྗེ་ན་རོ་མི་ཉི་རྣམ་གཉིས་ལ།  
 སྒྲུབ་རྗེས་སྤྲོད་པའི་གྲ།  
 དོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཐོང་ལྷགས་ཡོད།

སྟན་ལྟན་ནི་གསོན་ཞིག་མཆོད་གྲོགས་རྣམས།  
 རྗེ་རྟོགས་པ་ཅན་གྱི་མི་ཉི་བ།  
 མི་ཁོང་གི་སྟན་པ་རྒྱུད་ནས་ཁུམས།  
 སྤྱལ་སྤྱིའི་བཞུགས་གནས་རྒྱ་གར་ལུལ།  
 ལྗོངས་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་མ་ག་རྟར།  
 ས་སྦྱོང་རྒྱལ་པོའི་ཅོད་པན་གྱིས།  
 ཞབས་གྱི་ཟེའུ་འབྲུ་བསྟེན་མཛད་ཅིང་།  
 གནས་ལྷ་རིག་པའི་མཁས་རྣམས་གྱི།  
 མངའ་བདག་གཙུག་གི་རྒྱན་ཡིན་ཞེས།  
 སྟན་པའི་བ་དན་ཕྱོགས་བཅུར་གྲགས།

ཆོ་འབྲུལ་བྱ་ཡི་ལོ་དུས་སྤྱ།  
 བདེ་གཤེགས་མཆོད་པ་མངའ་མཛད་བྱིར།  
 མཚན་མངའ་བདག་ཞེས་བྱར་ཡོངས་སྤྱ་གྲགས།

རྩེ་སངས་རྒྱས་དེ་ཡི་ཞལ་མངའ་ནས།  
 ཐེག་པའི་མཐར་ཐུག་སྟིང་པོའི་དོན།  
 ཆོས་ཕུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་ངོ་སྟོན་བགྱིས།  
 ཕྱི་གཞུང་བ་ཡུལ་གྱི་སྤང་བ་འདི།  
 བདེ་བ་ཆེན་པོར་རྒྱན་ཆད་མེད།  
 སྒྲེ་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་འཕྱོགས།

ནང་འཛིན་པ་སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འདི།  
 འགྲུ་བ་ངོས་གཞུང་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 དེག་པ་རྟེན་མེད་གཅེར་བྱར་མཐོང་།

སྤྱིར་སྤང་ཞིང་མྱིང་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱུན།  
 གདོད་ནས་མ་བྱུབ་སྒྲེ་བ་མེད།  
 ངོ་བོ་སྒྲོས་དང་བྲལ་བར་རྟོགས།  
 འཁོར་བ་སྤང་བྱར་མི་འདོད་ཅིང་།  
 ལྷ་ངན་འདས་པ་བསྐྱབ་བྱར་མེད།  
 འཁོར་འདས་རང་གྲོལ་གཞུག་མའི་ངང་།  
 ཟུང་འཇུག་བདེ་བ་ཆེན་པོར་རྟོགས།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐུགས་སྤྱང་ཡང་།  
 མཐར་ཐུག་དེ་ལས་མེད་དོ་གསུང་།  
 མི་ཁོ་པོའི་སྒྲོ་འདོགས་དེ་ནས་ཆོད།  
 རྩེ་མི་ཉི་པ་ཡི་བཞེད་པ་ཡིན།

ཁྱེད་ལྟ་བུ་བཞེད་ན་དེ་ལ་མཛོད།།

དབྱངས་མཛོད་པར་འབྲལ་ལོ་དགོན་མཛོག་གསུམ།།

ཐུགས་དབྱེས་པར་མཛོད་ཅིག་གདན་གང་ནམས།།

ཅེས་གསུངས།

## (བཀྲ་ཤིས་བྱོན་སྐྱེམས་སུ་ཕུལ་བའི་མགྲར།)

དེ་ནས་མེ་ཇ་གླིང་ན་སྒྲ་མ་མི་མཉམ་རྗེ་རྩེ་ཞེས་པ་མི་ཉི་པའི་སློབ་མ། རྗེ་རང་གི་གྲི་ཡའི་  
 སློབ་དཔོན་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་ཕུག་སྐྱེལ་དུ་བྱོན་པས། ཁོང་གོགས་པོ་ཁ་ཆེའི་ལྷ་གཙོ་བོ་ཞིག་  
 གི་གསང་འདུས་ཀྱི་དཀྱིལ་ཐང་གི་རབ་གནས་མཛད་ཅིང་འདུག །དེའི་ཆོགས་བྲལ་དུ་ཁོང་  
 རྒྱུ་མས་ན་རེ། བྱོད་ཀྱིས་རྗེ་ན་རོ་བ་ཇི་ཅམ་བཞེན། ཆོས་གང་མཐུན། ཉོགས་པ་ཇི་ལྷ་བ་  
 ཡོད། གསུངས་དང་ཟེར་བས། གསུངས་པ།

རྗེ་བྲལ་ཐོབ་རྒྱུ་མས་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ།

སྐལ་ལྷན་བདག་ལ་བྱོན་ཀྱིས་རྫོབས།

ང་མོས་པའི་བྱ་ཡི་ལམ་སྒྲ་བྱོངས།

ལར་མི་ང་ལ་སྒྲ་ཡོང་མི་རིགས་སྟེ།

བྱོད་མཆོད་གོགས་གོང་མའི་གསུང་མ་ཆོགས།

ང་ནི་འཆི་བྱོད་ཀྱི་དབྱངས་ཅིག་ལེན།

བྱོད་གདན་གང་གི་ཐུགས་ལ་འདི་བཞེས་ལ།

ཆོས་རྒྱལ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་བྱ།

ང་པོད་ཀྱི་མར་པ་ལོ་ལྷ་དང་།

ཐུག་པ་ཀྱི་ན་རོ་པར་ཆེན་གཉིས།

ལྗོངས་མེ་ཉོག་བརྒྱན་པའི་གོང་བྱོང་དང་།

རི་བོ་གསེར་གླིང་གི་དགོན་པར་མཛལ།

དེ་ཆོ་རབས་ཀྱི་སློན་ལམ་དག་པ་འདྲ།

གནས་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་དུ་གྲགས་པ་དེར།  
 སྐྱེ་སྙན་པ་ཅན་གྱི་རྩེ་བཙུན་དེ།  
 ལོ་བཅུ་དྲུག་རྩེ་བ་བདུན་དུ་བརྟེན།  
 དབང་བཞི་ཡོངས་རྫོགས་ལན་བདུན་ལྟས།

དཔལ་བདེ་མཆོག་ལམོར་ལོའི་བྱིན་རྒྱབས་མཛད།  
 རྒྱུད་ཟབ་མོ་དབྱེས་པ་དོན་རྩེ་གསུངས།  
 ཡི་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་མ་གནང་།  
 གདམས་ངག་བསྐྱོར་ཆེ་བསྐྱོར་ཆེ་ལྟས།  
 ལམ་རྩ་དང་རྒྱུད་ལ་སྤར་ཟིན་བྱས།  
 སངས་རྒྱས་ལག་པའི་ཐིལ་ན་གདའ།

དུས་ལན་གཅིག་འཆི་བའི་རྩལ་སྟོན་སྟེ།  
 རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ལྷས་རྒྱ་གྲོལ་བའི་ཆོ།  
 འདའ་ཀ་ཟབ་མོའི་གདེང་ཡོད་སྟེ།  
 བསྐྱེད་འཕོ་གནད་གྱིས་མཚམས་སྦྱར་ནས།  
 དཔའ་པོ་དཔའ་མོའི་བསྐྱེད་མ་ཡོད།  
 རྒྱལ་མཚན་རོལ་མོའི་རྩེ་དང་བཅས།  
 བདེ་ཆེན་མཁའ་སྐྱོད་གནས་སུ་འགོ།  
 དཔའ་ན་རོལ་དང་མཇལ་བར་ངེས།  
 ད་ནི་འཆི་ཡང་ང་རེ་བྱོད།

ཁྱེད་འདིར་བཞུགས་གྱི་རྩོམ་སྐྱགས་པ་ཀུན།

དོན་སྙན་རྒྱད་ཀྱི་རོ་སྒྲོད་མི་མངའ་བར།  
 བཤད་རྒྱད་ཆོག་གི་ཐ་སྙད་ལ།  
 ཆོག་ཅིག་གི་སངས་རྒྱས་མ་དེ་མཛོད།

ལར་སྙིང་ནས་དམ་ཆོས་མཛོད་དགོངས་ན།  
 བ་རོ་དང་མི་ཉིད་རྒྱད་པ་བྱང་།  
 བ་སྒྲོལ་མ་བས་ཀྱང་ཡང་སྒྲོལ་བ་བྱང་།  
 བདེ་བ་ནས་བདེ་བར་འགོ་སྟེ་མཆོ།  
 དབྱངས་སྙན་དུ་བྱོན་ནས་འདིར་བཞུགས་ནམས།  
 དོན་འཁྲུལ་བར་གདའ་ན་བཞོད་པར་བཞེས།

ཅིས་གསུངས་པས། སྤྱིར་སྒྲུ་མ་དེ་ཅམ་བཞུགས། རྗེ་མི་ཉི་པའི་བྱང་དུ་རོ་མཚར་ཅི་  
 གཟིགས་ཟེར་བའི། ལན་གསུངས་པ།

རྗེ་བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོའི་གདུང་གསོབ་པའི།  
 མཐའ་བྲལ་གཞུག་མའི་དོན་རྟོགས་ཕྱིར།  
 དཔེ་མེད་ན་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་པ།  
 མཚན་མི་ཉི་ཅེས་བྱར་ཡོངས་སུ་གྲགས།  
 ཡ་རྗེ་བཙུན་དེ་ཡི་བཀའ་སྒྲོལ་འཛིན།

ལམ་འབྲལ་མེད་སྒྲོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ།  
 མིང་རང་མར་བ་ལོ་ལྟ་འདི།  
 སྒྲེ་ས་པམ་སྟེ་འགོ་ས་རྒྱལ།  
 ཀླག་ལ་འབྱོན་ཐེངས་གསུམ་པ།





ལུས་ཀྱིས་ཐལ་སྒྱར་བརྒྱུད་ཐུག་བཅའ།  
 སེམས་ཅེ་གཅིག་གཏུང་བས་གསོལ་བ་བཏབ།  
 རྒྱད་ཟབ་མོ་བཞེད་པ་སྒྱར་སྒྲངས་དང་།  
 ཡི་དམ་དབྱེས་པ་དོ་རྗེ་ཞུས།  
 དོན་མཐར་ཐུག་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་།

དབལ་གཉིས་མེད་ཨ་མ་རྒྱ་ཉི་བ།  
 རྗེ་བཙུན་དེ་ཡིས་ཐུགས་རྗེས་བཟུང་།  
 རང་ཟབ་མོ་བད་ཡི་དབང་བཞི་བསྐྱར།  
 རྒྱད་ཡོངས་སྒྲུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།  
 གཞི་འདུན་པའི་ས་བོན་གཏིང་ནས་གཡོས།

ནང་རིག་པ་སེམས་ཀྱི་འདུག་ཚུལ་དེ།  
 རོད་གསལ་སྒྲེ་འགག་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མ་བཅོས་གཞུག་མའི་ངོ་བོ་བསྟན།  
 གློ་བུར་གྱི་ནམ་ཉིག་དབྱིངས་སུ་ཐིམ།  
 ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་ནང་ནས་ཤར།  
 གདོད་ནས་དག་པ་ཀློན་གཞིའི་རྒྱད།  
 གཞི་ལམ་སྒྲུ་གསུམ་གཏན་ལ་ཐབ།  
 སེམས་ཆོས་ཉིད་མ་དང་ཞལ་ཡང་མཇལ།

དུས་ད་རེས་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་ལྷས།  
 རྒྱོན་ཤིང་མར་མེ་མཛུབ་གང་ལ།

ཞག་བདུན་བར་དུ་སྒྲུབ་བ་བྱུང་།  
 དེམས་པོར་གྱུར་པའི་ལྷོན་གིང་དེས།  
 རབ་དུ་མ་བཞེད་གཡོ་འགྲུལ་བྱས།  
 ལྷུལ་པའི་ཅེ་ཅང་དམར་མོ་བདུན།  
 དངོས་སུ་གཏོར་མ་ལེན་བ་མཐོང་།

ས་གསུམ་གནས་པའི་མཁའ་འགོ་རྣམས།  
 གཞུགས་མེད་སྒྲགས་ཀྱི་རང་སྒྲུ་སྒྲོག།  
 བར་སྒྲུང་གང་པའི་ཞིང་སྒྲིང་རྣམས།  
 ལྷ་ཚོགས་རོལ་མོ་སྒྲོག་པ་ཐོས།

བུ་སྒྲེ་བ་གསུམ་གྱི་འག་རོལ་དུ།  
 མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པོ་ཅེས།  
 རྩེ་མའང་བདག་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་ཐོས།

ལར་མི་ང་རང་ངན་སྟེ་སྒྲུ་མ་བཟང་།  
 ཆོས་ལྷ་པའི་ཡང་ཅེ་ལུ་ཐག་ཆོད།  
 ལམ་གྲུབ་མཐའ་དམའ་པའི་དོགས་མ་མཆིས།  
 དེ་རྩེ་མི་ཏི་ཆེན་པོའི་བཞེད་བ་ལགས།  
 མི་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་དབྱེས་དེ་ལ་མཛོད།

ཅེས་གསུངས། ཡང་དུར་ཁྱོད་ར་མ་དོ་ལིར་སྒྲུ་མ་ཡེ་རང་བ་ཚོགས་བྱེད་པའི་གྲུལ་དུ་  
 ལྷན་དངས། རྩོམ་པོར་དང་མཐའ་ཚུལ་སོགས་ཁྱེད་རང་གིས་མཛད་ཚུལ་རྣམས་གསུངས་  
 དང་ཟེར་བའི། ལན་དུ་གསུངས་པ།

རྩེ་གོང་མ་རྒྱམས་ཀྱིས་བྱིན་བསྐྱབས་པ།

བོད་ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱར་ལོ་རྩྱེད་པ།

སྤྱིས་པ་མོན་བོད་མཚམས་སུ་སྤྱིས།

ལས་འཕྲོ་མང་མཁར་ཕྱོགས་སུ་སང་།

རྒྱ་བསྐྱར་འབྲོག་མི་ལོ་རྩྱེད་པ།

རྒྱ་ཐང་ཕྱོག་སྒྲིད་ཀྱི་ཡིག་ཚངས་བསྐྱབས།

དམ་ཆོས་ཀླག་པ་ཡུལ་ནས་བཅུ་པ།

རྒྱང་པ་རྒྱང་གི་འཁོར་ལོ་འདིས།

ཡོངས་པ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ནས་ཡོངས།

ཁོང་སངས་རྒྱས་ན་རོ་བཏ་ཆེན་དང་།

ང་བོད་ཡུལ་གྱི་མར་པ་ལོ་རྩྱེད་གཉིས།

སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་གཉིས་སུ་མངལ།

དབང་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ལན་བདུན་ཁྱུས།

ལར་ན་སྤྲ་མ་བཅུ་གསུམ་ལ།

ན་རོ་མི་ཉི་ཉེ་ཟླ་འདྲ།

གཙོ་བོར་ན་རོ་བཏ་ཆེན་བཞུགས།

རོ་མཚར་ཆེ་བ་འདི་འདྲ་མཐོང་།

གིང་ཅན་རྒྱན་གྱི་སྤྱོད་པོ་ལ།

དབྱིས་རྩོར་སྤྱུལ་པའི་ལྷ་དགུ་དང་།

ཡུམ་ལྷན་ཅིག་སྤྱིས་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས།

ཨུ་ལྷ་གས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་མཐོང་།  
 ལྷ་དཀར་ཉི་ལོ་ཐོག་པ་ནས།  
 རོ་བརྒྱ་ལྷ་པའི་པ་ཟས་དང་།  
 རང་བྱུང་ལོངས་སྤྱོད་རྟོགས་སྤྱུ་མཐོང་།

ནང་སེམས་ཉིད་ཚོས་ཀྱི་སྤྱུ་རུ་མཐོང་།  
 ཕྱི་སྤྱུང་བ་སྤྱུ་པའི་སྤྱུ་རུ་མཐོང་།  
 སངས་རྒྱུས་ན་རོའི་སྤྱུ་པ་དེ།  
 བར་སྤྱུང་ཀྱན་ལ་གསེགས་པ་མཐོང་།

རང་བྱུང་གེལ་གྱི་པ་བོང་ལ།  
 བ་རོ་གསེགས་པའི་ཞབས་རྟེན་མཐོང་།  
 རོམ་ཚར་དེ་ལས་ཆེ་བ་མེད།

**མངའ་བདག་རྒྱལ་སྤྱུ་མེ་ཉི་པ།**  
 བགས་སྤྱད་བར་བསྐྱར་མཛད་པའི་ཆོ།  
 ཏུར་ཁོད་རྒྱ་པའི་ཅེ་ཅང་རྣམས།  
 དངོས་སྤྱག་ཏོར་མ་ལེན་པ་མཐོང་།  
 ས་གསུམ་གནས་པའི་རྒྱ་གི་རྣམས།  
 དངོས་སྤྱུ་མཛད་སྤྱོད་བྱེད་པ་མཐོང་།

ཕྱི་སྤྱུང་བ་སྤྱུ་མའི་འཁྲུལ་ལའོར་འདི།  
 གཡོ་མེད་ན་མཁའི་ཁྱིམ་ཏུ་རྒྱུད།  
 བག་ཆགས་མི་ལམ་སྤྱུང་བ་དེ།

འོད་གསལ་ངང་དུ་ཡལ་སྟེ་ཐལ།

སྒྲོན་གིང་མར་མེ་མཚུབ་གང་ལ།

ཞག་བདུན་བར་དུ་སྒྲང་བ་བྱུང་།

ལམ་འབྲལ་མེད་སྒྲོམ་པའི་ནལ་འབྱོར་བ།

མི་ཉི་ཆེན་པོའི་ཞབས་ལ་རེག།

ང་བུམ་ཟེ་ཆེན་པོའི་རྒྱད་པ་འཛིན།

ངོ་མཚར་ཆེ་བ་དེ་འབྲམ་ཐོང་།

བདག་གི་རྟོགས་པ་བཤད་ན་ཡང་།

ཁྱེད་འགའི་ཐུགས་ལ་མི་ཤོང་སྟེ།

ཟུར་ཙམ་བཤད་ན་འདི་ལྟར་གདལ།

འོད་གསལ་གདེང་དང་ལྡན་ལགས་པས།

ལྟ་བུ་ལ་ཐུགས་རིས་མེད་དོ་ཨང་།

སྒྲོམ་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་རྒྱ་པོའི་གཞུང་།

ཐུན་བཞིར་སྒྲོམ་དུ་མི་སྒྲང་བ།

རྒྱལ་ཚོས་རྟོག་པ་ཐོར་བ་ཡིས།

མཉམ་རྗེས་རྟོག་པ་མི་འདུག་གི།

རྒྱང་སེམས་གཉིས་ལ་དབང་ཐོབ་པས།

འཁོར་བའི་འཛིགས་པ་ཡལ་ནས་ཐལ།

དེ་ནམས་བདག་གི་རྟོགས་པ་ལགས།

ཅས་གསུངས་པས། བྱུང་ཐོབ་ཏུ་ཡིད་ཆེས་པར་གྱུར་སྟེ་དད་པ་ཐོབ་པོ། །དེ་ནས་ཅེ་

ཅད་གི་སྐད་དང་ལུང་སྒྲིག་གི་བྱུང་བས་ཁོང་རྣམས་ཆོག་མཆོག་ལྟར་བྱ་གིས། ཏུར་ཁྱོད་འདི་གཉན་པས་བར་ཆད་འོང་ཟེར་བས། དེའི་བླ་མ་ན་རོ་མེ་ཏི་སོགས་ཡིན་ན་གང་གཉན་པ་ལ་ཆོག་མཆོག་གི་གནས་མཆོག་ཏུ་བྱེད། ཤ་ཟའི་མ་ཁའ་འགྲོ་རྣམས་གཤམ་ལ་མི་བཞིན་ཏུ་བསྒྲིགས་ཡོང་བ་ལ་འཛིགས་པ་མེད་པ་ཡིན་སྟེ། འདི་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་འོ་རང་སྐད་དང་། འབྱུང་བའི་རང་སྒྲིག་ལ་འང་འཛིགས་པར་འདུག །འདི་ཀུན་པལ་པོའི་གྲག་གོས་ཡིན་པ་ལ་འདི་འདྲ་ན་བོད་ན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་སྒྲུལ་ནས་ཚུར་འོངས་པ་ལ་འགྱོད་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། སྤར་བྱ་གར་ལ་འགྱོད་པར་ཐག་བཅད་པའི་ཐོ་རེངས་མི་ལམ་དུ་བྱུང་མེད་གིང་ལོའི་གོས་གྱོན་པ་དེས་སྤྱི་བོར་བྱས་བཞག་ནས། ད་ཁྱོད་བོད་ཏུ་འགྲོ་དོན་ཆེ་བས་བླ་མས་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་བོད་ཏུ་སོང་ཞིག །སྐལ་ལྷན་གི་གདུལ་བྱ་ཡོད་ཅིང་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ངོགས་དང་།

སད་པ་དང་བླ་མའི་ཕོ་ཉར་མཁུན་སྟེ་བྱགས་སྒྲོ་བར་གྱུར། བལ་ཡུལ་རིན་ཆེན་རྩལ་གི་གཙོག་ལག་ཁང་ན་བླ་མ་པེཊ་པ་ལ་རལ་གཅིག་མ་དང་བདག་མེད་མ་བདུད་ཅི་འོད་གི་ལུགས་སོགས་དུ་མ་གསན་ཆེ་རུབ་གཅིག་རྗེ་མེ་ཏི་པ་སེར་གེ་ལ་ཆིབས་ནས་ན་མ་ཁའ་ལ་གཤེགས། འོ་དོད་བོས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དཔེས་མཆོན་པའི་བདེ་བསྟན། དཔེ་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་གསུངས། མཐའ་ལས་འདས་པའི་དོན་རྟོགས། སྟོན་ཆད་མ་སྟེས་པའི་ཉམས་སྟེས་པ་གཅིག་བཟིས། སད་ནས་སྤྱན་ཆབ་མང་དུ་བྱུང་ཞིང་གསོལ་བ་བཏབ། དེའི་ཕྱི་རུབ་ཆོས་ཐོན་པའི་བཏང་རག་དང་། མེ་ཏི་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཆོག་མཆོད་གཅིག་བཤམས་པའི་གཤམ་དུ་བླ་མའི་གསུང་གིས་བསྐྱལ་སྟེ། **མཆོན་ལྷས་སྒྲོས་པའི་མགུར་ཆེན་ཡིད་བྱིང་བགསིང་བ་རྩལ་གི་ཐེམ་པ་ཅན་གི་སྐད་ལ་རྟ་བྲངས་ནས་གསུངས་པ།**

རྩོམ་པའི་དོན་རྟོགས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ།

མཆོན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་མེ་ཏི་པ།

ཁོང་བསམས་ཅིང་སྒྲུ་དྲིན་ཆེ་བའི་བྱིར།

མི་ཁོ་བོའི་ཡིད་ལ་གིན་ཏུ་བཅགས།  
 ང་ཅེ་གཅིག་ག་དུང་བ་རྒྱན་མི་འཆད།  
 ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཅིག་སྒྲུལ་བའི་སྒྲུ།

ཁྱེད་འདྲེན་བའི་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་དྲིན་ཅན།  
 དབལ་བེན་པ་ཡིས་དབུ་མཛད་ནས།  
 ཁྱེད་འདིར་བཞགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་ནམས།  
 སྒྲུ་འདི་ལ་དར་ཅིག་སྒྲན་གསན་མཛོད།  
 དབུངས་འདི་ལ་མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་རྒྱབས་ཆགས།

ང་མར་སྒྲོན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་གྲོས་འདི།  
 ཆོ་སྒྲུམ་ཆ་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་བསྒྲུལ།  
 ལོ་བཞི་བཅུའི་བར་དུ་ཐོས་བསམ་བྱས།

དུས་ན་ནིང་ག་དུག་པ་སྒྲུལ་གྱི་ལོ།  
 ཆོ་འབྲུལ་ན་ཡི་ཟླ་བ་ལ།  
 མི་ཁོ་བོས་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་མཆིས།  
 རྒྱ་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་གོ་གྲུ་བཀལ།

རིགས་ངན་གི་སྒྲིད་ཀྱི་ཐག་པ་གཉིས།  
 རྒྱ་ལ་ན་ཉ་ལྟར་འཛུལ་ཞིང་བྱུང་།  
 ཐང་ལ་ན་ཉ་ལྟར་རྒྱག་ཞིང་བྱུང་།  
 ཆོ་སྒྲུ་བྱི་དྲན་བའི་དངངས་སྒྲག་མྱོང་།





སྤར་བོད་ཡུལ་དབུས་སུ་སོང་ཞིག་གསུང་།།

ལྷོངས་ཁ་བ་ཅན་དུ་མ་ཕྱིན་བར།།

ཕྱིན་གི་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་།།

གདུལ་བྱ་སྣོད་ལྷན་ཡོད་དོ་ཞེས།།

ལུང་བསྟན་ཕྱིན་གྱིས་བསྐབ་བ་མཛད།།

དེ་ཞིང་སྦྱོང་གི་མཁའ་འགྲོ་ཡིན་བར་ངེས།།

དེ་ཡང་རྩི་བཙུན་ཁྱེད་གྱི་དྲིན།།

མདང་བག་ཆགས་གཉིད་གྱི་མི་ལམ་ན།།

རྩི་མངའ་བདག་རྒྱལ་སྤྲུལ་མེ་ཏི་བ།།

ཁོང་སེང་གེ་ཆེབས་ནས་མཁའ་ལ་གཤེགས།།

མི་ཁོ་བོའི་མདུན་དུ་བྱོན་ནས་ཀྱང་།།

སྦྱོ་མེད་མཚོན་པའི་བདུན་གསུམ་བསྟན།།

ཡི་གེ་མེད་པའི་ཆོས་ཅིག་གསུངས།།

བརྗོད་ཏུ་མེད་པའི་དོན་ཞིག་རྟོགས།།

སྦྱོན་ཆད་མེད་པའི་ཉམས་ཅིག་ཤར།།

ནམ་ནངས་གཉིད་དེ་སང་ཙ་ན།།

རྩི་ཡང་ཡང་བྲན་ནོ་མི་ཏི་བ།།

མི་ཁོ་བོའི་མིག་སྤར་འབྲལ་མ་ཐོད།།

གདོང་མཆི་མས་གང་བའི་དུ་འབོད་ཤོར།།

དབུགས་ཁ་ནས་མ་ཐོན་བྱང་ཁོག་བརྒྱངས།།

མ་ལྷིང་ལ་འདོད་དོ་སྐྱོན་ཅུ་ལྟར།  
མི་ཁོ་པོའི་གཏུང་སེམས་མ་ཁྱེད་ལ་གསེས་སམ།  
མ་ལོས་ལ་མ་རྒྱུ་ཤོད་ས་ཅིག་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ།

ལར་མི་ལམ་བག་ཆགས་ཡིན་མིང་གྱང་།  
ལ་རྩེ་བུམ་བུ་ལ་འོ་མཆར་ཆེ།  
སེམས་དགའ་ལ་མི་དགའ་མཐོ་དམན་བྱང་།  
བྱིད་ལོར་བཞུགས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་ཞུས་པ་ལགས།

ཅེས་གསུངས་པས། བེན་པས་ལྷ་མ་ལ་ཟི་རྟུང་མཐོང་བ་པའི་ཁ་ལོན་ཉན་ཡུང་རྩུབ་  
སྟོན་པ་དང་། མཚན་རྣམས་དེ་དག་གི་བའི་ཕྱིར། ལན་གསུངས་པ།

གྲོགས་སྤྱིང་དང་འབྲ་བའི་ལོ་རྒྱུ་ལ།  
 བུ་ཁྱེད་ལ་དད་བ་གཉིང་ནས་ཡོད།  
 གཞི་རང་དབང་ཐོབ་པའི་འདུན་པ་ཡོད།  
 ཡིད་ལྷག་པར་བརྩེ་བའི་སྤྱིང་རྩེ་ཡོད།  
 རྒྱུད་ཡོངས་སྤྲད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད།

རིགས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སྒྲིམ་སྒྲུབ་ཀྱིས།  
 རྩོད་ཅད་ཐུག་མཇུག་བརྟན་པ་ལས།  
 ད་ལྟར་སྤྱོད་ཐོབ་དཔོན་སྐད་པ་མཇུག་ལ།  
 དེ་ཡང་ཕོ་གསལ་པོར་ཡོད་ཀྱི་རེ།  
 བྱས་པ་དྲིན་གསལ་ཐོབ་དཔོན་གྱི་རེ།  
 མི་རྒྱུ་གཞུག་གི་ཆོས་ལུང་མཇུག་ལ།

འཁྱུ་བ་ཤེས་པ་ངོ་མཚར་ཆེ།

གསང་སྒྲགས་སྒྱལ་པོ་མཆོག་གི་ལམ།

བཞོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞིར་བྱུང་བ།

ལྷག་པའི་དམ་ཆོག་ཁྱེད་ལ་ཡོད།

ལྷ་དང་མཁའ་འགོས་རྗེས་གནང་བེད།

བྲམ་མའི་མན་ངག་སྒྲིང་ལ་ཞུགས།

དུས་འདིར་བདེ་བ་ཐོབ་པར་རིགས།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཅ་བ་བྲམ་མ་རྗེ།

སྒྱལ་སྒྱུ་མཆོག་གི་རྗེ་བཙུན་ལ།

ན་མཁའ་ལྷ་བྱུང་ངོ་ཤེས་ན།

སྒྲེ་བ་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་འགྱུར།

ཉི་མ་ལྷ་བྱུང་ངོ་ཤེས་ན།

བདལ་བའི་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འབྱུང་།

ཟླ་བ་ལྷ་བྱུང་ངོ་ཤེས་ན།

ཉོན་མོངས་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད།

རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བྱུང་ངོ་ཤེས་ན།

མི་གཡོ་མཆོག་གི་ཉིང་འཛིན་བསྟེས།

ལོར་བྱུང་བྱུང་ངོ་ཤེས་ན།

དགོས་འདོད་ཅེ་བ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ།

དེད་དཔོན་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་ན།  
 ཐར་པའི་རིན་ཆེན་གྱིང་དུ་སྦྱེལ།  
 དམག་དཔོན་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་ན།  
 ལོག་ལྟ་དག་ཡི་གཤུལ་ངོ་འཛིམས།

རལ་གྱི་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་ན།  
 དངོས་འཛིན་འཛིང་བ་གཅིད་པར་བྱེད།  
 འཁོར་ལོ་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་ན།  
 མཐའ་ལ་མི་གནས་དོན་རྟོགས་འགྱུར།  
 སང་གེ་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་ན།  
 གཟུང་འཛིན་རི་དྲགས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན།

རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་ན།  
 གྲུན་གྱིས་མཆོད་ཅིང་བཀྱར་བར་བྱེད།  
 རིགས་ལྡན་ཁྱེད་གྱིས་གང་མཐོང་བ།  
 དྲིན་ཅན་པ་ལྟ་བུར་ངོ་ཤེས་པས།  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་རྒྱུན་མི་འཆད།

འཁྱེད་གྱི་བག་ཆགས་མི་ལམ་ན།  
 རྩེ་མངའ་བདག་ཆེན་པོ་བྱོན་ནས་གྱུང་།  
 སྦྱེ་མེད་མཆོན་པའི་བད་བསྟན་ཞིང་།  
 ཡི་གེ་མེད་པའི་ཆོས་གསུངས་པས།  
 མཐའ་ལས་འདས་པའི་དོན་རྟོགས་ནས།

སྒར་མ་སྦྱིས་པ་ཡི་ཉམས་ཤར་བ།  
དེ་དོན་གང་ལགས་སྒྲུབ་ར་རིགས།

ཅིས་གསུང་བ་ན་མནལ་ལམ་དུ་བྱུང་བའི་རྟོགས་པ་ཐུལ་བ།

རྗེ་བརྟལ་ཞུགས་སྦྱོང་བའི་བུ་བ།  
མཚན་ལྟ་ཡིས་ལུང་བསྟན་ངོ་མཚར་ཆེ།  
དཔལ་གཉིས་མེད་ཐོལ་བའི་ཐུག་འོག་ན།  
སེམས་ཐ་དད་མེད་པའི་རྗེ་རྟུན།  
ཤྱི་གྲུ་ཅ་མ་ཉིས་དབུ་མཛད་པའི།  
གལ་གཡས་ན་བཞུགས་པའི་དཔལ་བོ་གསན།

དེ་འོག་སྦས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ།  
ལུ་མ་སྒྲུ་མ་བཟླས་དབུ་མཛད་པའི།  
གལ་གཡོན་ན་བཞུགས་པའི་དཔལ་མོ་གསན།

སྤྱིར་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྦྱུ་མ་སྟེ།  
མི་ལམ་སྦྱུ་མ་བྱུང་བར་འཕགས།  
ནམ་སྟོང་ལ་བག་ཆགས་མི་ལམ་འབྱུང་།  
དེ་ལ་བཟང་བཟད་ཅི་ཡང་མེད།  
ནམ་གྲུང་བདུད་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་སྟོན།  
དེ་ལ་ཡིད་བརྟན་བྱར་མི་རུང་།  
ཐོ་རེངས་ལྟ་ཡིས་ལུང་སྟོན་བ།  
ཆེན་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།



སྒྲ་སྒྲ་རྒྱ་ལ་མི་སྒྲིབ་བ།  
 གཞན་ནས་འབྲས་བུ་མི་རེ་ཞིང་།  
 ཡིད་ལ་བྱར་མེད་སྒྲིབ་དང་བྲལ།  
 མཐའ་བཞི་དག་དུ་ལྷུང་བ་མེད།  
 སྒྲིབ་དུ་མེད་ཅིང་ཡེད་སྐྱུ་མེད།  
 དན་དུ་མེད་ཅིང་བརྟེན་དུ་འདྲ་མེད།  
 གང་གིས་ཀྱང་ནི་མཚོན་དུ་མེད།  
 སྒྲ་མའི་དྲིན་གྱིས་དེ་ལྟར་རྟོགས།

དེ་དོན་རྟོགས་པའི་ཉམས་ཤར་བ།  
 སེམས་དང་སེམས་བྱུང་འགགས་པ་ཡི།  
 དབྱིངས་དང་རིག་པ་དབྱེར་མེད་སྟེ།  
 སྒྲིབ་དང་ཡོན་ཏན་སྒྲིབ་འབྱི་མེད།  
 བདེ་སྟོང་གསལ་ལ་མ་འགགས་བ།  
 འོད་གསལ་འགྲོ་འོང་མེད་པར་ཤར།  
 གཏུག་མ་རྩོད་ལྟ་བུའི་གནད།  
 སྒྲིབ་མེད་མཚོན་པའི་བདེ་དོན་རྣམས།  
 རྩེ་མའང་བདག་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་ཐོས།

དག་བརྗོད་པ་སྒྲུ་བུ་མི་སྒྲིབ་དུ།  
 རྩེ་གོང་དུ་བཀའ་ནན་ཆེས་པ་དང་།  
 མཆེད་བྱོགས་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་མ་ཆོགས།  
 མཁའ་འགྲོ་གོ་ལོང་མི་མཛད་ལྷ།

ཞེས་ལུལ་བས་སྒྲ་མ་མཉེས། དེའི་ཆེ་མར་པ་མགོ་ལེགས་ཀྱིས་རྒྱ་བལ་ན་བཞུགས།  
ཀྱང་སྒྲ་མ་གསུང་འགྲོ་སྒྲ་མ་ནས་བྱོན་པས། སྤྱི་ཡོང་གི་ཉེ་ལམ་མ་མ་བྱ་བའི་གྲོང་དགོན་དུ་  
མཇལ་ནས་བྱགས་བྱི་བས།

མང་ལུལ་གྲང་པོ་མཁར་དུ་མར་པ་བྱག་པོ་ཅིག་གིས་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་གཅིག་བཅུགས།  
ལ་སྟོན་དུ་རྒྱ་བར་གཅུག་ཏེར་གྱིས་ཞབས་ནས་བཏེག་ཞིང་རྒྱ་ར་གསལ་སྟོན་ཅས་བྱ་བ་  
མཚན་ལྟར་ཞིག་ལུལ་སྟེ་ཆོ་མོར་བཞེས། སྟོན་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྟེན་བསྐྱར། ལུལ་  
འབྱོར་མ་ཞིག་ལ་རྒྱང་སེམས་གཉིས་མེད་གནང་བས་ལུས་འདིས་མཁའ་སྟོན་གྱི་བ་བ་  
ཅིག་བྱང་།

མེས་ཆོན་པོས་ཡོད་འབུལ་འབུལ་ཆེན་ལན་གསུམ་བྱས་པའི། དང་པོ་ལ་རོང་བདོའི་  
གནས་གཞིར་རྩ་བརྒྱད་ཀྱི་མཚོད་རྟེན་རེ་ལ་བྲབ་ཕྱོག་རེ་གཡོགས། གཡུ་རེ་བཏགས།  
བར་དུ་རལ་གྱི་རེ་བཞག །ལྷགས་རིའི་ནང་ཐམས་ཅད་ནོར་སྒྲ་སྒྲ་ཆོགས་པས་བཀང་སྟེ་  
ལུལ་བས། རྟེན་འབྲེལ་འདིས་བྱོད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་དམག་དཔོན་དུ་འབྱུང་བ་འདུག་གསུང་སྟེ།  
དེང་སང་གཙང་ཐོབ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཡིན་པར་འདོད་པར་སྣང་། བར་བ་ལ་རྩ་བརྒྱད་རེ་ལ་  
གོས་བེར་རེ་བཀོན། བར་ནོར་སྒྲ་སྒྲ་བཀང་བའི་བར་གྱི་གཙོ་བོ་ན་ར་མཐོང་བ་འཇུག་ཤོར་  
ཡིན་པར་གསུངས་སྣང་། དེའི་ཆེ་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་བརྟོད་པའི་མགྱུར་ཞུས་པ་ལ། གསུངས་པ།

རྩོམ་སྟོན་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱ།

རོ་རྩོམ་མཁའ་འགྲོས་མཉམ་སྦྱོར་བ།

དཔལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཙོར་བྱུང་པའི།

ཉེ་དུག་དཔལ་བྱག་འཇལ་བརྟོད་།

བཀའི་གསང་སྐྱགས་མ་ལུས་བསྟུང་བ་པོ།

གསང་བའི་བདག་པོ་ཉིད་དང་ནི།



དམ་ཚེས་མི་ཡུལ་རྒྱས་མཛད་པའི།

རྩེ་རྒྱ་ཐུབ་ཡབ་ཐུས་ན་མས་ལ་བརྟེན།

མི་བཟད་དོ་རྩེ་འཁྱེ་འབབ་པ།

འཛིགས་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཐུགས་རྩེ་ཅན།

རྣལ་འབྱོར་དབང་ཐུག་ཏེ་ལོ་བ།

མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་ལ་བརྟེན།

བརྩ་གཉིས་དཀའ་སྤྱད་ལྷ་མ་བཞེན།

ཕྱེ་སྟོད་རྒྱུད་ཕྱེ་མ་ཡས་པ།

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་ཐུགས་སྤྲུལ།

རྩེ་སངས་རྒྱས་མི་གཞུགས་ཁྱེད་ལ་བརྟེན།

མི་ཐེད་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གཞུགས།

མ་བཅོས་གཞུག་མའི་ངོ་པོ་འཆང་།

སྒྲོས་བྲལ་བདེ་བའི་དོན་རྟོགས་པ།

རྩེ་རྒྱལ་ཐུས་མི་ཉིད་ཞབས་ལ་བརྟེན།

བརྟེན་པ་བཀའ་ཡི་རྒྱུད་པ་འཆང་།

གསང་འདུས་ཟབ་མོའི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན།

མཁུན་པ་ཐུགས་རྩེར་ལྡན་པ་ཡི།

ལེ་ཤེས་སྒྲིང་པོའི་ཞབས་ལ་བརྟེན།

དུར་ཁྱོད་དགོན་དང་གིང་དུང་ན།

རོ་བརྩན་གསོལ་བའི་ཀྲ་ས་ཡི།  
མཁའ་ལ་གཤེགས་པའི་རྩུ་འཕྲུལ་ཅན།  
ཀྲ་ཀྲ་རི་བའི་སྐྱུ་ལ་བརྟེན།

ལུན་སྐྱུ་ཚོགས་པའི་དོན་རྟོགས་པས།  
ཟླ་བ་འོད་གྱི་བརྩན་དང་ལྷན།  
མཐོང་བའི་བདེ་བས་ཚིམ་མཛད་པ།  
ནལ་འཕྱོར་མ་ཡི་སྐྱུ་ལ་བརྟེན།

གསེར་གྱི་ཅོད་པན་རབ་མཛེས་པའི།  
གདུགས་མཚོག་གསེལ་ན་བཞུགས་པ་ཡི།  
ཁ་གདན་ཉི་ཟླ་མངའ་བརྟེས་པའི།  
རྩོམ་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་པའི་སྐྱུ་ལ་བརྟེན།

འཛིག་རྟེན་གཟུང་འཛིན་འཁྱི་བ་ཆོད།  
སྐྱུ་མ་བརྟེན་པའི་ཡན་ཡོན་ཅན།  
བྱང་རྩུབ་སྐྱུ་བ་ལ་གཙོར་ལྷན་པའི།  
ཐེག་ཆེན་སྐྱོབ་གཉེར་མགོ་འདོན་དང་།  
གོགས་དང་ཡོག་འབྲེན་བར་ཆད་སེལ།  
སྐྱུ་མ་བཟང་དང་སྐྱོད་པའི་གོགས།  
འབྲེན་པའི་སྐྱོབ་དཔོན་རྣམས་ལ་བརྟེན།

སྐྱུ་མ་བརྟེན་པའི་ཡན་ཡོན་ནི།  
དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་མཆོད་དང་མཚུངས།

སྒྲོབ་དཔོན་བསྟོད་པའི་ཕན་ཡོན་དེས།

འགོ་ཀུན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་ཤོག །ཞེས་གསུངས།

སྒྲོ་བླ་ཏུ་མན་ཐང་བའི་དགེ་འདུན་གྱིས་གསུ་བ་དང་སྒྲ་ལེན་བྱས། བ་རང་ལྷ་བ་ཅན་གྱིས་ཆོས་འཁོར་བཅུགས། གདན་སར་ཐེབས་ཆེ་བ་སྒྲོབ་དུ་མས་བྱོན་ལེགས་གྱི་དགའ་སྟོན་དུ་ཆོགས་འཁོར་བཤམས་ནས། མགོ་ལེགས་གྱིས་སྒྲ་མ་དང་མཇལ་རྒྱུ་ལ་མོགས་གསུང་བར་བྱས་པས། སྒྲ་མའི་མཇེད་སྟོད་རྒྱ་འབྱུང་ཡོན་ཏན་གྱི་མགྱུར་ཆེན་སྒྲ་བ་ཐེལ་གྱིས་གཞོན་བ་དབང་བོ་སྒྲ་བ་སྒྲུབ་བའི་སྐད་ལ་རྟ་བླ་ས་ནས་གསུངས་པ།

རྟེན་ལ་སྒྲའི་བཞུགས་གནས་ཐུགས་ལུལ།

ལྟོངས་ཡངས་བ་ཅན་གྱི་མ་གཏོར།

ཕ་སྟེགས་ཤོལ་བ་ཆར་བཅད་མེ།

སྒྲོ་སྒྲ་ཆེན་པོར་མངའ་གསོལ་བ།

རྟེན་རོ་ཞེས་བྱར་གྲགས་པའི།

ཕ་སྒྲུལ་སྒྲ་དེ་མི་ཞབས་ལ་འདུད།

གར་ཁྱི་སྒྲོ་བཅེགས་པའི་ཕོ་བྲང་ན།

རྒྱད་ཐབ་མོ་དཔེས་པ་དོ་རྟེན་ལ།

མི་ར་རང་རྩ་རྟོག་བྱེད་པའི་ཆོ།

སེམས་ཅིག་མ་བདེ་ཡིད་ཅིག་འཕྱོ།

སེམས་གཞུ་ལྟར་བཀྲག་ཡང་མདའ་ལྟར་ཤོར།

པར་ཆེན་ན་རོ་རྩར་གྱིས་བྱན།

གདུང་བའི་སེམས་ལ་བཟོད་སྒྲགས་མེད།

ས་མཐའ་ནགས་ལ་ཆོལ་དུ་ཕྱིན།།  
 རྒྱས་མེད་རིགས་ངན་གྲོང་དུ་ཚུད།།  
 རྒྱལ་པོ་དྲེགས་པས་བཙོན་དུ་བཟུང་།།  
 དཔལ་མེ་ཉླག་སྤྲངས་པའི་ཕོ་བྲང་དུ།།  
 ཞག་གསུམ་རྒྱལ་པོའི་མཆོད་གནས་བྱས།།

འབར་པའི་སྦྱིན་སྲིད་ཐབ་ཁུང་དུ།།  
 ཅི་འདོད་བཟའ་བུར་འབྱུང་བ་མཐོང་།།  
 ཆེན་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་སྟམ།།

ཡང་ཅིག་བསྐྱར་ནས་ཆོལ་དུ་ཕྱིན།།  
 འབྲས་དཀར་མོ་བློ་གསུམ་རྒྱགས་སུ་ཁྱེར།།  
 ཉུང་དཀར་ཉ་ལ་བྱ་བ་བྱས།།

རྗེ་བརྒྱལ་ཞུགས་སྤྱོད་པའི་པེ་རྩ་བ།།  
 ས་མཐའ་ལམ་གྱི་གོགས་སུ་ཁྱེར།།  
 ཟླ་ཕྱིད་བར་དུ་ཕྱོགས་བཞི་བསྐོར།།  
 དུར་ཁྲོད་ནགས་ཆལ་ཁྱབ་པར་སྒྱལ།།  
 དེར་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཚུངས་རྟེན།།

པཎ་ཆེན་ན་རོ་མ་རྟེན་གྱིང་།།  
 ངོ་མཚར་ཆེ་པའི་ལྷ་ས་རྣམས་མཐོང་།།  
 གིང་ཅན་སྤྲན་གྱི་སྤོང་པོ་ལ།།  
 དགེས་དོར་སྤུལ་པའི་ལྷ་དགུ་རྣམས།།

ཕྱང་ཟད་མ་རེག་རེག་ལ་ཁད།  
 འཇའ་ཡི་གྲུང་ལྷ་ལྷ་ལྷ་མཐོང་།  
 ལྷ་མོ་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།

ཡུམ་ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས།  
 ཨུ་ཐུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དེ།  
 མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན།  
 ཕྱི་སྒྲུ་ཡིས་མ་སྒྲིབས་གསལ་བར་མཐོང་།  
 ལྷ་མོ་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།

གིན་དུ་ཐ་འཁྲེགས་དོ་རྗེའི་བྲག།  
 དཀར་གོང་གི་ལྱི་པ་བོང་ལ།  
 རྗེ་ན་རོག་ཤེགས་པའི་ཞབས་རྗེས་དེ།  
 སྤྱ་གད་རི་མོ་རྗོགས་པར་མཐོང་།  
 ལྷ་མོ་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།

ད་ནི་རིང་བོར་མི་ཐོགས་སྟུམ།  
 ཞག་བདུན་བར་དུ་གསོལ་བ་བཏབ།  
 ཡ་གཞན་རིག་མཛོན་མཁྱེན་མངའ་བའི་བྱིར།  
 དེ་ནས་རྗེ་བཙུན་དངོས་སུ་བྱོན།  
 རབ་དུ་དགའ་ཆེས་དུ་འབོད་གོར།  
 དམན་པས་ཞབས་ཐིལ་གཙུག་དུ་བྲུངས།  
 ཐུགས་རྗེ་ཆུང་ཞེས་སྒྲིེ་ཐུགས་བཏོན།

གདུང་བའི་མཆི་མ་བྲག་ལྷ་ར་ཟགས།

ལྷ་མོ་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།

ལུས་བཅུན་མོ་ལྷ་བྱར་སྐྱུ་ལ་འབྱུང་།

ཐུགས་ལ་སྙིང་བཏད་དཔལ་བ་བརྟགས།

དུས་དེར་དབང་ཚོགས་སེམས་ལ་བསྐྱར།

ཆོས་ཚོགས་ཐུགས་གྱི་ཉིང་ཁུ་བྱུང་།

ལྷ་མོ་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།

ལར་རྒྱ་གར་གྱི་ན་རོ་བཏ་ཆེན་དང་།

ར་བོད་གྱི་མར་སྟོན་སྟོ་གོས་གཉིས།

སངས་རྒྱས་དང་སེམས་ཅན་གཉིས་སུ་མཇུག།

གྲུབ་ཐོབ་མི་འབྱུང་གི་དོགས་མ་མཆིས།

ལྷ་མོ་ངོ་མཚར་དེ་ཆེ་མོད།

ལུ་སྙིང་དང་འབྲ་བའི་དམ་ཆོག་ཅན།

དུས་གཞི་ནིང་རྒྱ་གར་དུ་འགྲོ་བའི་ཆོ།

ལོངས་སྟོན་འབྱོར་བས་ཐོངས་དུས་སུ།

རིན་ཆེན་གསེར་གྱིས་ཡོལ་མོ་བཀའ།

གཏམ་གྲགས་སུ་རུང་བས་ངོ་མཚར་ཆེ།

ཁྱོད་ལོངས་སྟོན་འཕངས་སེམས་མེད་པའི་བྱིར།

གོས་དང་ལྷ་མ་གྱིས་མཐུག་བསྐྱུས་ནས།

ཅི་འདོད་ཐམས་ཅད་ཚོངས་སུ་བཏབ།

ཆེ་བྱི་མའི་རྒྱགས་ཕྱེ་གཏེར་དུ་སྤྲུམ།  
དེ་བྱིར་བསམས་ཅིང་ངོ་མཚར་ཆེ།

བུ་ལ་ལས་ལྟག་པའི་གདུང་སེམས་ཅན།  
ཁྱོད་མར་བ་མགོ་ལྟགས་མ་ལགས་སམ།  
མོར་སྒྲུ་མ་གཏོང་བ་སྒྲོས་ཅི་དགོས།  
སྒྲིག་འཕངས་བ་མེད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ལྟགས།  
ངོ་མཚར་དེ་ལས་ཆེ་ཐབས་མེད།

དུས་ད་རེས་མདུན་ནས་གསུ་བ་དེ།  
ལམ་བཟུལ་ཐག་རིང་བས་ག་ལ་རྗེད།

ལྟོ་ཁ་ནག་བལ་བོད་གཉིས་ཀྱི་མཚམས།  
དགུན་ལོ་སར་སྐང་ལ་མེ་ཏོག་སྒྲེ།  
འབྲས་དཀར་སྤྲི་ལི་འདེབས་པའི་ས།  
མོན་སྐད་རིགས་མི་གཅིག་ཡུལ་ཁམས་སྤྱ།  
ནད་འཚོ་བར་དཀའ་བའི་ཆད་པ་ལ།  
གི་ཆད་ཀྱིས་མི་འཛིགས་སྒྲིག་ལ་བདོས།

བུ་དཀའ་བའི་དམ་ཆོག་སྤྲུང་བའི་བྱིར།  
ཕ་བས་ཀྱང་མ་རྗེད་སེམས་ལ་འཛིག།  
དུས་འདི་ལ་མི་འབྲལ་ཨ་ཅང་ཆེ།  
ཆེ་བྱི་མ་མི་མཇལ་ཐབས་མེད་པས།  
ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱན་ལམ་དུ།

འོ་སྒོལ་ལ་བྱས་སྒྲོན་ལམ་བཏབ།།

ང་བྱས་པ་དྲིན་དུ་གཞོ་བའི་བྱིར།།

སྤྱད་ཀྱན་ཁྱོད་གྱི་ངོ་རུ་སྤངས།།

ཁོང་གཞན་ལ་མ་སྒྲོག་གསང་བར་ལྷ།།

དྲིན་ལན་གྱི་ཆོས་སྒྲེས་ད་གཞོད་སྟེར།།

སྟིང་གཏམ་ཡོད་པ་ཁད་གྱིས་བསྒྲོ།།

འོ་སྒོལ་སྒྲོན་ལ་འཕྲད་པ་གོགས་གྱི་མཆོག།

ང་མ་གྱི་བར་དུ་འགོག་པར་བྱ།།

ཞེས་གསུངས་ནས། སྟིང་གཏམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁད་གྱིས་བསྒྲོ། གསུང་བའི་དོན་མགོ་  
ལེགས་ལ་བྱགས་རྒྱད་གདམས་སྒྲོར་བཅོ་ལྔ་གནང་། འོན་ཀྱང་འདི་དཔེལ་བའི་དུས་ལ་མ་  
བབ་ཅེས་གཏེར་དུ་བཞག ཁ་རོའི་བྱགས་དམ་དང་མི་ཉི་པའི་སོར་གདུབ་གནང་ནས་ལབ་  
སྤྱང་འབྲལ་མེད་གྱི་བཀའ་བསྒྲོས་ཅིང་། དེ་ཕྱིན་རྒྱུད་དུ་བྱིབ་མ་ལྟར་ཞུ་རིང་བགྱིས་སོ།།

དེ་ནས་རྟོག་མཚུར་སོགས་སུ་སྒྲོབ་མཐའ་ཡས་འདུས་སྟེ་ཆོགས་གྲལ་དུ་ཆོས་བྱིར་  
དཀའ་བ་སྤྱད་སྒྲུབ་སྟོན་པ། འཕྲོ་ཚོད་འཕོར་བ་སྤྱད་པའི་མགྱར་ཆེན་རིག་པ་སེམས་གྱི་  
ཕྱགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོའི་སྟེ་ཐུགས་ལ་རྟ་དངས་ནས་གསུངས་པ།

རྗེ་མི་སྒྲོད་གྱི་ངོ་བོ་དོ་རྗེ་འཆང་།།

མི་ཁོ་བོའི་སྤྱི་གཙུག་རྒྱུན་དུ་བཞུགས།།

མི་བདག་གི་དཀའ་ལས་གྱི་དཔེ་བཤད་ན།།

ཁྱོད་འདིར་བཞུགས་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་ཆེན་ནམས།།

ཆོས་སྤྱོད་པར་མ་དགོངས་སྒྲུབ་བཞིན་སྐྱབས།།



ཁོ་བོ་མར་བ་ལོ་རྩ་འདི།  
 རྒྱུ་ས་པ་ལྟོ་བྲག་ཐིལ་དུ་རྒྱུ་ས།  
 ལས་འཕྲོད་ཀར་པོའི་ཆོས་ལ་སང།

དཔལ་ལྷན་གྱི་ལུང་གི་དགོན་བ་དེར།  
 རྒྱ་བསྐྱར་འབྲོག་མི་ལོ་རྩ་ལ།  
 རྒྱ་ཐང་གྲོག་རྒྱད་ཀྱི་ཡིག་ཆངས་བསྐྱབས།  
 ཁོང་རྒྱ་དྲིན་མི་རྒྱུང་ཆེ་བར་བྱམས།

དམ་ཆོས་ཐུགས་ལུལ་ནས་བཅུལ།  
 བདག་བལ་པོའི་ལམ་དུ་ཞུགས་ཅ་ན།  
 བཅུང་འཕྲང་དང་རྩལ་ཐར་དུས་མེད།  
 བཅུང་མཐུག་པོ་ཅིག་ལ་ཐོན་དུས་མེད།  
 ལམ་རིང་པོ་ཅིག་ལ་བཞོད་དུས་མེད།  
 ཤིང་སྤོང་པོ་མི་རོ་རེངས་བ་འདྲ།

ལམ་དེ་ཀྱན་གྱི་སྤྱན་བསྐྱལ་མཐོང་ཅ་ན།  
 བྱ་དགུང་ལ་འཕྱར་བ་གཤོག་བ་འདར།  
 འོན་ཀྱང་ངལ་དུབ་བྱ་རིན་ཆོག།  
 ལུལ་ལྟ་ལས་བབས་པའི་བལ་པོ་མཐོང་།

ཕྱི་འདོད་ཡོན་ལྷ་བས་ཆོག་མི་ཤེས།  
 མི་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་སྤན་ཡིན་ནོ་སྤྱམ།  
 དུས་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོར་འདུག་གོ་སྤྱམ།

ལམ་བཟོད་པར་དཀའ་ཡང་ཕྱིན་པས་འཛོངས།།

ང་དེ་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱིན་ཅན།།

མཐའ་ལོབ་ཀྱི་རྒྱ་གར་གི་སྤྱིད་ལ།།

སློག་ཅི་བདར་ཐོན་པའི་རེ་མ་མཆིས།།

གཙན་ཟན་གྱི་ངར་སྐད་ཐོས་ཅན།།

ལུས་གཙང་སར་ཐོན་པ་རྩང་མ་བསམ།།

སྤྱལ་སྤྱམ་ཆེན་གྱི་ཁ་རྒྱངས་མཐོང་བའི་ཆོ།།

ཡིད་བརྟན་པར་ཕྱིན་ཡང་གོམ་ཚུགས་འཁྲོར།།

ལམ་དེ་ཀྱན་གྱི་འཇིགས་པ་མཐོང་བའི་ཆོ།།

དུས་ད་ལྟ་དྲན་ཡང་གྲོ་སྤྱིང་འདར།།

རྒྱ་གསལ་པ་ཅན་གྱི་གླིང་བཀྲལ།།

འོན་ཀྱང་དཀའ་བ་སྤྱད་རིན་ཆོག།

ཡུལ་དབུས་ཐུང་ཆལ་གྱི་བཀོད་པ་མཐོང་།།

དཔལ་རྩོམ་གདན་གྱིས་སྒྲ་དངས་པའི།།

རྟོན་ངོ་མཚར་ཅན་ལ་མཆོད་པ་བྱས།།

ཁོ་བོ་ཕྱིན་པ་འཕྱིས་སོ་སྟམ།།

ཆོས་སྤྱིང་ནས་ཆོལ་བའི་གདུང་སེམས་ཀྱིས།།

ཡུལ་རྒྱ་གར་གར་ལྷུ་བ་རྒྱ་བཞིན་སྤྱལ།།

ཐང་ཆེན་པོ་ཅིག་ལ་ཆོད་དུས་མེད།།

མེ་འོབས་གྱི་ཐང་ལ་ཕྱིན་ཏོ་སྟམ།།

ཡིད་ཚེས་ལ་བསམས་ཀྱང་སྙིང་རླུང་འཕྱོ།

ནད་འཚོ་བར་དཀའ་བའི་ཚད་པས་ཐེབས།

དོ་གི་དོ་ཚད་བཅུག་སུམ་བྱུང་།

ཁ་ཆེམས་ཚོག་གསུམ་བཞག་ས་མེད།

དབུགས་འགྲུ་བ་ཆད་བ་ལན་གསུམ་མྱོང་།

དུས་དེ་ཀུན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་མཐོང་ཅ་ན།

སྤང་དག་ཡི་མིག་ནས་མཆི་མ་འཚོང་།

འོན་ཀྱང་ཐོག་བདོས་བྱ་རིན་ཆོག།

རྗེ་ན་རོ་བཅ་ཆེན་གྱིས་སྤྱད་ངས་བའི།

སྒྲ་མ་གྲུབ་ཐོབ་ཏུ་དང་མཇུག།

སྤྱིར་རྒྱུད་ལྟེ་བཞི་ལ་ཉན་བཤད་བྱས།

ཁྱད་བར་མ་རྒྱུད་མཐའ་དག་དང་།

ཕ་རྒྱུད་གསང་བ་འདུས་པ་བསྐྱབས།

ཤར་རྩ་པོ་གི་གྲའི་འགམ་དུ་ཕྱིན།

རྗེ་མི་ཉི་པ་ཡི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས།

གཞི་ཚེས་ཉིད་སྒྲེ་བ་མེད་བར་རྟོགས།

སེམས་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་སྤྱར་ཟིན་བྱས།

དོན་སྒྲོས་བྲལ་གཞུག་མའི་ངོ་བོ་མཐོང་།

སྤྱི་གསུམ་མ་དང་དངོས་སུ་མཇུག།

མི་ཁོ་བོའི་སྒྲོས་པ་དེ་ནས་ཆོད།

སྒར་པོད་ལུལ་དབུས་སུ་ལོག་ཅན།  
གདམས་ངག་ཡང་ར་རང་ཆེད་སྟམ།  
གྲུབ་ཐོབ་ཀྱང་ལག་ར་འབྱུང་དོ་སྟམ།  
འགོ་དོན་ཡང་མང་པོ་འགྲུབ་པོ་སྟམ།  
དེ་ཀྱན་ཁོ་པོའི་ཞིག་དེང་ལགས།  
  
དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་སྤྱད་ལུགས་ལགས།  
ཆོས་དེ་ཙམ་དུ་དཀའ་བར་བྱགས་དགོངས་ལ།  
ལེ་ལོ་མ་མཛད་སྤྱབ་པར་བླ། །ཞེས་གསུངས།

ཡང་མེས་རྒྱལ་མཚུར་སོགས་ལུ་ཆེན་དུ་མ་འདོམ་ཆེ། མེ་སྟོན་གྱིས་ཆོགས་གྱི་སྤྱིན་  
བདག་བྱས་ནས། ཆོགས་འཁོར་མཚན་ཉིད་དང་ཕྱན་པ་རྒྱ་གར་དུ་རི་ལྷར་མཛད་པ་ལྟ་བུ་  
ཞིག་ཞུས་པས། ཞུས་འདྲ་བ་བཟང་། ཞུ་བ་པོ་འདྲ་བྱེད་རྣམས་བཟང་། གསུང་ནས་བདུས་  
འདུ་བ་སོགས་མ་རྒྱུད་གྱི་ཆོགས་འཁོར་རི་ལྷ་བ་མཛད། ཕྱིན་རྒྱབས་པས་མ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་  
བྱུང་། རྒྱ་གར་དུ་ཆོགས་འཁོར་རི་ལྷར་གཟིགས་པ་ཞུས་པས། ཆོགས་མཐུང་གསུངས་པ།

ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་སྤྱད་པ་དེ།  
སྤྱིན་ལམ་དབང་བཞི་བསྐྱར་པའི་ཆེ།  
ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་དགོས་པ་ཡིན།  
རབ་རྒྱ་གནས་པ་བྱེད་པའི་ཆེ།  
ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་དགོས་པ་ཡིན།  
  
མཁའ་འགྲོའི་ཕྱིན་རྒྱབས་ཞུ་བའི་ཆེ།  
ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་དགོས་པ་ཡིན།

རྒྱུད་ལྗེའི་ཉན་བཤད་བྱེད་པའི་ཆོ།  
 ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དགོས་པ་ཡིན།  
 གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཞུ་བའི་ཆོ།  
 ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དགོས་པ་ཡིན།

ཁོ་བོ་མར་པ་ལོ་ལྷ་འདིས།  
 ཀླག་ལ་ལུ་དུ་ལན་གསུམ་བྱིན།  
 སྤྱིར་ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསམ་མི་བྱེད།

དགོས་ངོ་མཚར་ཆེ་བ་འདི་འདྲ་མཐོང་།  
 རྗེ་བཙུན་ན་རོ་བཤ་ཆེན་ལ།  
 རྗེ་རིགས་ཀྱི་དེད་དཔོན་འཁོར་ལོ་དང་།  
 ཆང་འཛོང་གི་བུ་མོ་ཀླུ་ལིས།  
 རིན་ཆེན་འཁོར་བའི་མཛུལ་ལ།  
 ཀླུ་པ་ཤའི་རྒྱན་བཞོད་ལུ།  
 ལོ་གཅིག་གོང་ནས་གསོལ་བ་བཏབ།  
 རྗེ་ན་རོ་ཆེན་པོས་ཞལ་གྱིས་བཞེས།

མེད་ལྗེད་ནགས་ཀྱི་དུར་ཁོད་ཏུ།  
 ཆོག་ས་ཁང་རིམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱོར།  
 ལོངས་སྤྱོད་འབྱོར་པ་དབག་མེད་པས།  
 ཆོག་ས་དང་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་བཤམས།

དཔལ་ལྷན་ན་རོའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས།

དཔལ་བདེ་མཆོག་ལའོར་ལོའི་ལྷ་ཆོགས་དང་།

གངས་མཉམ་གསང་སྤྲུགས་རྣལ་འབྱོར་བ།

ཕོ་མོ་དྲུག་རྩ་ཅུ་གཉིས་ཆོགས།

ཟབ་མོ་བད་དང་སྒྲིབ་ཀྱིས་འདྲི།

རྩོམ་པའི་ཐོ་མཚར་སྤྲུགས་ཀ་ནས།

བདེ་མཆོག་ལའོར་ལོའི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས།

དཀྱིལ་ལའོར་དབུས་སུ་ལེགས་པར་བཞུགས།

ཆོག་འཁྱིའི་རིམ་པ་རྒྱས་པར་མཛད།

རྩོམ་པའི་ཐོ་མཚར་ཕོ་དེས།

རྩོམ་པའི་ཐོ་མཚར་སྤྲུགས་ཀྱི་ཐོ་མཚར་སྤྲུགས།

རྣམས་པའི་རྣམས་སྤྲུགས་ལ་གསོལ།

སྤྲུགས་ཆད་ཀྱི་ན་མཁའ་ལ།

གཡས་པ་བརྒྱུད་གར་གྱི་རོལ་པས་བཞུགས།

རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་།

སྤྲུགས་གཡས་པ་མ་རུ་འབྱོལ་ཞིང་།

གཡོན་པ་ཉིང་ཉིང་གསལ་བསྒྲུབས་ནས།

གར་གྱི་ཉམས་ཀྱིས་རོལ་བ་མཐོང་།

ཐོ་མཚར་པའི་ཐོ་མཚར་སྤྲུགས།

རྣམས་ཀྱིས་སྤྲུགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲུགས།

ཟབ་མོ་དབང་བཞུགས་པའི་ཐོ་མཚར་སྤྲུགས།

ང་དེ་འདྲའི་རྗེ་དང་མཇལ་བ་ཡིན།  
 ཚོགས་འཁོར་དེ་འདྲ་མཐོང་བ་ཡིན།  
 བལ་དང་མལ་གྱི་ཚོས་མ་ཡིན།  
 དེ་འོ་མཆར་ཆེའམ་གཅང་སྟོན་པ། །ཅིས་གསུངས།

ཡང་རྒྱང་རོ་ཞང་སྟོན་གྱིས་གཡུ་གསེར་སྤང་དུག་ཅུ་རི་བ་སྤུལ་ནས། བར་དོའི་གདམས་  
 བ་ཁྱས་བ་ལ། གསུངས་པ།

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་དང་།  
 ལྷ་ངན་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་གཉིས།  
 དངོས་པོ་གཤིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གཅིག།  
 ལྷ་བའི་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

སྤྲ་ཚོགས་འཆར་བའི་དཀར་དམར་དང་།  
 བཛོད་རྒྱ་མེད་པའི་རང་སེམས་གཉིས།  
 གཉིས་མེད་ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པར་གཅིག།  
 སྦྱོད་བའི་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

མདང་གསུམ་མི་ལམ་བག་ཆགས་དང་།  
 སང་ནས་རྒྱན་དུ་ཤིས་པ་གཉིས།  
 སྦྲུ་མ་ལྷ་བུའི་ངང་དུ་གཅིག།  
 མི་ལམ་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

མ་དག་སྤང་པོ་ནམ་ལྔ་དང་།

དག་པའི་ཕྱང་པོ་རིགས་ལྷ་གཉིས།  
 མི་རྟོག་རྩོགས་རིམ་ངང་དུ་གཅིག།  
 རྒྱུད་རྩོགས་ཀྱི་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

ཐབས་ལས་བྱུང་བའི་པ་རྒྱུད་དང་།  
 ཤེས་རབ་ལས་བྱུང་མ་རྒྱུད་གཉིས།  
 གཏུག་མ་ལྟན་ཅིག་རྒྱེས་པར་གཅིག།  
 གདམས་ངག་གི་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

རང་དོན་ཆོས་རྒྱ་རྒྱུ་མེད་དང་།  
 གཞན་དོན་གཞུགས་རྒྱ་རྒྱ་ཆོགས་གཉིས།  
 གཉིས་མེད་གཏུག་མའི་ངང་དུ་གཅིག།  
 རྒྱ་གཞུག་ཀྱི་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

མ་དག་རྒྱ་ལུས་མངལ་སྒོ་དང་།  
 དག་པ་ལྷ་ཡི་ཕྱང་པོ་གཉིས།  
 བར་དོ་འོད་གསལ་ངང་དུ་གཅིག།  
 འབྲས་བུའི་བར་དོ་དེ་ལ་མཛོད།

རྒྱུ་གི་གཉིས་ཀྱི་བར་དོ་ལ།  
 རྣམ་རྟོག་གི་རྣལ་བ་ཅི་ཤར་ཡང་།  
 གཞན་རྣལ་མ་ཡིན་རང་རྣལ་ཡིན།  
 རྣལ་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ།  
 འཕྲུལ་པ་ཅིག་བྱུང་ན་ལོག་ནོན་ཐོང་།



ལོག་ནོན་རང་གི་སེམས་ལ་ལྟོས།  
 བཏྲས་པས་དངོས་མེད་རང་སར་གྲོལ།  
 མཚན་ལྡན་གྱི་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ།  
 དོན་མ་ནོར་གྱི་ལམ་སྣ་ཆོས་ལ་དྲོངས།

མདང་མྱི་ལམ་གཉིད་ཀྱི་བར་དོ་ལ།  
 བག་ཆགས་ཀྱི་སྣང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་།  
 གཞན་སྣང་མ་ཡིན་རང་སྣང་ཡིན།  
 སྣང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ།  
 འཇུལ་བ་བྱུང་ན་ལོག་ནོན་ཐོང་།  
 ལོག་ནོན་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་ལྟོས།  
 བཏྲས་པས་དངོས་མེད་རང་སར་གྲོལ།

སྒྲིམ་བ་ཉིང་འཛིན་གྱི་བར་དོ་ལ།  
 བྱིང་གོད་ཀྱི་སྣང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་།  
 གཞན་སྣང་མ་ཡིན་རང་སྣང་ཡིན།  
 སྣང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ།  
 འཇུལ་བ་བྱུང་ན་ལོག་ནོན་ཐོང་།  
 ལོག་ནོན་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་ལྟོས།  
 བཏྲས་པས་དངོས་མེད་རང་སར་གྲོལ།

ལུས་པེམས་རིག་བྲལ་བའི་བར་དོ་ལ།  
 ཟུག་གཟེར་གྱི་སྣང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་།

གཞན་སྤངས་ཡིན་རང་སྤངས་ཡིན།  
 སྤངས་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ།  
 ལྷུལ་བ་བྱུང་ན་ལོག་ནོན་ཐོང་།  
 ལོག་ནོན་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་ལྷོས།  
 བལྟས་པས་དངོས་མེད་རང་སར་གྲོལ།

འདི་བར་དོ་དྲུག་གི་མགུར་ཞེས་མི་ལའི་མགུར་སོགས་སུ་བྲིས་པ་འདུག་རུང་། རྣམ་  
 རྟོག་གི་སྤངས་བཅི་ཤར་ཡང་། །མན་ཆད་མི་མཚུངས་པར་འདུག་པས་བྲིས་སོ། །དད་བ་  
 དགྲི་བའི་གཡེར་པོ་ཆེ། །སོགས་རྗེ་འདིའི་གསུང་མགུར་ཡིན་པར་བྲིས་པ་གཅིག་གཉིས་  
 སྤངས་རུང་། ཚུམ་རིགས་མི་མཚུངས་པས་གསུང་མགུར་དངོས་མིན་པར་སྤང་ངོ་།

## (གསུམ་པ་གདམས་ངག་བྲགས་ཉམས་སྲུ་བཞེས་པ་ བྲགས་ལ་འབྲངས་ཚུལ་ནི།)

དེའི་ཆོད་པ་ལ་དབྱེས་པ་དོན་མེད་ལྟ་བུ་མི་མེད་མེད་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་  
བསྟན་ཏེ་དོན་མེད་ཚུལ་དུ་སྒྲུབ་ཏེ། བྲག་བྱང་མ་དང་། གསལ་སྦྱིད་དང་། དར་སྦྱིད་དང་། རྩེ་  
མོ་བཟང་མོ་དང་། བསྐྱ་མཛེས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ། གཙུག་མོ་དོན་མེད་བདག་མེད་མ་ཉིད་ནི་  
ལྷ་མ་བྱ་ལྟར་བཟའ་ཉིད་ཞེས་བྱ་བ་ལྷ་མ་བདག་མེད་མ་ཉིད་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱུད་སྡེ་ནས་  
བཤད་པའི་རིགས་ལྡན་མའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལོན་པོ།

ནམ་ཞིག་བདག་མེད་མས་ཁོ་མོ་ཅག་རྣམས་སྒྲ་མ་དང་མཇལ་བྱིན་ཆད་འཇིག་རྟེན་  
འདིའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་འཕྱུ་ཞིང་། རང་བྱུང་གི་ཡོ་ཤེས་ལྷག་པར་འཆར་བ་ལོན་བྱུང་ཏེ།  
སྒྲ་མའི་བྲགས་ཆོལ་གསལ་མཆོལ་ཞུས་པས། དེ་ལྟ་བུ་འོང་བ་ཡིན། ཁྱོད་རང་ཡོ་བྱུང་ཤོམས་  
དང་ཆོགས་འཁོར་ཞིག་བྱོལ་གསུང་།

ཡུང་རྩུང་ཟད་ཅམ་དང་ཉ་སྒྲམ་པོ་འགའ་ཞིག་ལས་མེད། འཕྱིས་པས་གཞན་དུ་ཆོལ་  
ཡང་མི་བྱུང་། སང་དབྱིན་ཞུས་པས། དེ་གསལ་ཡོང་བས་ད་ལྟ་རང་གིས་གསུང་། ཨོན་ཞིག་  
འཐོགས་པས་འཕྱིས་གསུང་ཡང་བཀའ་མ་བཞུག། དེ་མ་ཐག་ཆར་གི་རྒྱུན་དྲི་རོད་པེ་མེད་  
པ་བྱུང་། རྩོན་མ་མཐོང་མ་ཐོས་པའི་བཟའ་བུར་མཆོད་རྗེས་སྒྲ་ཆོགས་པས་ནད་ཐམས་  
ཅད་གང་། རྩོས་ཀྱི་དྲི་ཞིས་པོ་དང་། རོལ་མོའི་རྒྱ་དང་། ལྷ་མོའི་བྱ་དབྲངས་ཤིན་ཏུ་སྟན་  
པས་བར་སྒྲུང་གང་། མེ་རྟོག་དང་མར་མའི་བྱེད་བས་ས་གཞི་བྱུང་བར་བྱུང་། དེའི་མོད་ལ་  
སྒྲ་མ་ཆེན་པོ་ཉིད་དབྱེས་པའི་དོན་ཆོད་སྲུ་བཞེངས་པའི་འོད་ཀྱིས་ལུལ་དང་ཁང་བ་ཡང་  
གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་གྱུར།

རོ་མོ་རྣམས་ལ་འོད་རིག་པའི་མོད་ལ་རོ་མོ་ཉིད་ལྷ་མ་བདག་མེད་མ་དངོས་སྲུ་གྱུར།

གཞན་རྣམས་གོ་རིམ་གསལ་ལོ་བརྒྱུ་ཏུ་གྱུར་ཤིང་ཕྱགས་མཆོམས་སུ་འཁོད། ཕྱགས་བཅུ་  
 བཅུ་དཔལ་པོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་རྒྱ་མཆོལ་བུ་འདུས་ཤིང་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཛད། ལོ་རྒྱ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཉམས་བྱུང་། ཐོ་རངས་སུ་གྱུར་པ་ནས་ཀྱི་པོ་དང་པ་བསྐྱུས་ཤིང་ཐ་མལ་གྱི་  
 རྣམ་པར་བཞུགས་ཤིང་ལོ་མེ་ཁྱེད་རྣམས་རྒྱུད་དྲང་ཁྱེད་གཡོ་སྒྱུ་རྒྱུད་པར་འདུག ཁྱེད་རྣམས་  
 ཟེར་བ་ལྟར་འོང་རིགས་པ་ཡིན་ཤིང་། ཁོ་པོ་ལ་གསང་ཐུགས་རྒྱུད་ཤིང་ཤིང་པོ་དཔལ་ན་རོ་  
 པའི་དགོངས་པ་མ་སྒྲུམས་པར་འཆང་རྒྱ་པའི་མན་དག་ལས་ཀྱི་ཐུག་རྒྱུ་རྣལ་འབྱོར་བྱ་བ་  
 ཡོད་དེ། འོན་ཀྱང་རྩོམ་པ་རོ་པ་ཆེན་པོས། **རིགས་རྒྱུད་ན་མཁའ་མེད་ཀྱི་ཡལ།** །  
 གསུང་བ་དེ་ཁྱེད་རྣམས་ལ་ཐུགས་རྩེས་གཟིགས་པའི་གསུང་དུ་འདུག ཟབ་མོ་རྣམ་པ་  
 བརྒྱན་དང་མི་ལྡན་ན་གིན་ཏེས་པ་ཆེ་བར་ཡང་བཤད། འོན་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་པ་བཞུགས་  
 པའི་ཕྱིར་ཁོ་པོས་རིགས་རྒྱུད་ཀྱང་བཞག་པ་ཡིན།

སྒྲིམ་གསང་ཐུགས་འདི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་པའི་གནད་ལུ་ཕྱིན་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་  
 ཤིང་། ཁམས་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་ལ། འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་གྲོལ་བས་ཉམས་  
 ཅིང་ཟགས། ཉན་ཐོས་པས་ཉོན་མོངས་སྦྱོང་བ་ལ་ལམ་དུ་བྱས་པས་ཡོན་ཏན་འབྱིན་མ་  
 ལུས། མཆོན་ཉིད་ཐེག་པ་བཀའ་མས་དག་དང་བྱལ་བས་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་གསུམ་  
 འགོར། གསང་ཐུགས་སུ་བདེ་བ་ལམ་དུ་བྱས་པས་ཁམས་དེ་ཉིད་འཆིང་བ་དང་། བརྟན་པ་  
 དང་། དག་པར་བསྐྱར་བས་ཆོག་ཅིག་གིས་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པ་ཡིན།

དེ་ལ་ཡང་མཆོན་ལྡན་གྱི་སྤྲུལ་དང་གདམས་དག་གི་གནད་ཟབ་མོས་ཟིན་པ་གལ་ཆེ།  
 ཁོ་པོ་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་ཆེ་བ་འབྱིན་པའི་ཕྱིར། སྤྲུལ་ལྡན་  
 བརྟན་བཞིན་ཐ་མལ་གྱི་སྦྱོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་གསུང་།

**ཡང་མི་ལ་ལ་གསུངས་པ།** རྩོམ་པ་རོ་པ་ཆེན་པོས་ཐུ་མས་ཕྱི་མ་རིམ་པར་ལུང་  
 བརྟན་པ་ཡིན། ང་ལ་ཡང་རྩོམ་པ་རོ་པས་ཁྱེད་ལུང་བརྟན་པ་ཡིན། ཁྱེད་དཀའ་བ་ཆེན་པོ་ལ་

བཀོད་པ་དང་། མཁར་ལས་དང་། སྤྱད་དང་། གནག་ལྷག་སྦྱོང་བ་སོགས་མ་དག་པའི་  
 མེས་མ་ཙན་གྱི་སྤྱང་བ་ཡིན་མོད། ཁོ་བོ་ལ་ནི་དེ་རྣམས་དང་དབལ་ན་རོ་བ་ཡང་གཉིས་སུ་  
 མེད། ཁོ་བོ་དྲོ་བོ་ལྷང་གཅིག་སུ་ན་འདྲག་པ་ཡང་མིན། དེ་ལྟོ་བྲག་པ་རྣམས་གྱི་སྤྱང་བ་ཡིན་  
 མོད། ལུ་ཁྱོད་ཀྱང་ཆོགས་གཉིས་རྫོགས། སྤྱི་བ་གཉིས་བྱང་པའི་ལས་ཙན་གྱི་སྦྱེས་སུ་ཡིན།  
 གནས་གསུམ་གྱི་མཁའ་འགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཁྱོད་ཁོ་ན་ལ་དགའ་ནས་འཆོག་པར་འདྲག་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་མཁར་དེ་དགུ་ཐོག་དུ་བཙུགས་ན་ཁྱོད་རང་དང་སྤངས་རྟོགས་མཉམ་པའི་རྒྱད་པ་  
 མང་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནའང་། བདུན་ལས་མ་ཁོལ་བས་བདུན་རྒྱུད་ཏུ་རང་དང་མཉམ་པ་  
 དང་། རྒྱུད་པ་གཉིས་ཙམ་དུ་སྦྱོང་བ་ཅིང་མོ་འགའ་རེ་འབྱུང་། ཁོ་བོ་ལས་ངང་ཆེ་བར་བག་  
 རེ་མཐོང་བས་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ལ་ཅུང་ཟད་གཞོད། འོན་ཀྱང་ཉམས་རྟོགས་  
 ཀྱི་རྒྱུད་པ་ནི་བརྟན་པ་རི་མེད་གནས་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་། རྣམ་པ་གཅིག་  
 དུ་ན་མ་འོངས་པའི་ཆོ་སྒོ་བ་མ་ངན་པས་བྲམ་མ་ཡར་གནད་ལ་འབེབས་པ་འབྱུང་བས་དེ་ལྟ་  
 བུ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཁོ་བོས་དེ་ལྟར་དུ་བརྟན་པ་ཡིན་གསུང་།

དེའི་ཆེ་དོན་དང་མཐུན་པའི་སྟན་གྲགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོད་ལུལ་ཁྱབ་པ་ན་ཆོགས་གྲལ་  
 ཞིག་དུ་དེ་རྒྱན་ཁྱས་པས། ཐོད་ཙམ་དུ་མ་ཟད་རིམ་གྱིང་ཙམ་ན་སྟན་པར་གྲགས་པ་ཡིན།  
 ཞེས་གསུངས་པ།

རྒྱུད་པ་སྟན་པར་མི་གྲགས་སུ།

རྒྱུད་པ་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་ཡིན།

བཀའ་བབས་སྟན་པར་མི་གྲགས་སུ།

རྒྱ་གཞི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་ཙན་ཡིན།

མེས་པོ་སྟན་པར་མི་གྲགས་སུ།

ཏེ་ལོ་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ཡིན།

སྤྲུལ་སྤྲུལ་པར་མི་གྲགས་སྟུ།  
 བ་རོ་ཚོས་ཀྱི་སྤྲུལ་ལྟར་ཡིན།  
 མི་ང་རང་སྤྲུལ་པར་མི་གྲགས་སྟུ།  
 བ་རོའི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་གཅིག་ཡིན།  
 གདམས་ངག་སྤྲུལ་པར་མི་གྲགས་སྟུ།  
 ཀྱན་ལ་མེད་པའི་ཚོར་བ་ཡིན། །ཞེས་དང་།

རྒྱུད་པ་ཀྱན་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱི།  
 མཁའ་འགྲོ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ཡིན།  
 མེས་པོ་ཀྱན་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱི།  
 ཉེ་ལ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ཡིན།  
 སྤྲུལ་ཀྱན་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱི།  
 བ་རོ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ཡིན།

གདམས་ངག་ཀྱན་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱི།  
 སྤྲུལ་རྒྱུད་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ཡིན།  
 བསྐྱོམས་ན་འཛང་རྒྱ་ཀྱན་ཡང་རྒྱ།  
 མ་སྐྱོམས་རྒྱ་ན་རྒྱ་བ་ཡིན།  
 བཅའ་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱིས་རྟེན།  
 མ་བཅའ་རྟེན་ན་བརྟེན་པ་ཡིན།

ངས་ཁྱིད་རྣམས་ལ་མ་བཅའ་བའི་སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སུ་གཏད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དགའ་བར་གྱིས་ཅིག་ག་སྤང་ནས།

སྒྲེ་གི་འི་དུས་སུ་མ་བཅོས་བཞག།  
 མི་ལམ་དུས་སུ་མ་སྤྲད་བླ།  
 བར་དོ་འི་དུས་སུ་མ་བཅོཅས་རིག།  
 འབྲས་བུ་འི་དུས་ན་མ་སྒྲིབས་ཤར།

ན་རོ་འི་རྗེས་འཇུག་སྒྲེས་བྱ་ནམས།།  
 གདམས་དག་ཟབ་པ་ཉམས་སུ་ལོང་།།  
 རིགས་པ་ཡོད་སྟེ་དེས་ཤེས་སྒྲེ།།  
 སྒྲན་པ་མེད་པར་ཉམས་སུ་ལོང་།།  
 ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བྱང་རྒྱུ་འཕྱོང་། །གསུང་།

ཡང་རྡོ་མོ་བདག་མེད་མས་ལྷག་གི་བསྐྱེགས་པ་སོགས་པ་བྱེད་དང་ཆང་བུམ་པ་གང་མི་  
 ལ་ལ་གནང་བ་མ་བཞེས་པར་ཁྱེད་སྟེ། སྤྲུལ་ལ་སྤུལ་བས་ཁྱོད་ལ་འདི་ག་ནས་བྱུང་གསུང་།  
 རྡོ་མོས་གནང་བ་ལགས་ཞུས་པས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་འི་དངོས་གྲུབ་ཏུ་གདའ། མིའི་  
 ཟས་སུ་མི་འདུག་གསུང་ནས་ཁོང་རང་ལའང་བྱེད་བཞོས་ནས་གནང་བ་ཟོས་པས་རོ་བརྒྱ་  
 དང་ལྡན་པ་ཅིག་བྱུང་། དེ་ཕྱིན་རྗེ་མི་ལས་ལྷུ་ཀྱིས་གནང་བའི་ཟས་སྒོམ་ཐམས་ཅད་རོ་  
 མཆོག་བརྒྱ་དང་ལྡན་པར་མྱོང་སྐད།

དེ་ལྟར་སྤྲུལ་མ་ཆེན་པོ་དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་གཏིང་མཐའ་མི་མངོན་ཡང་། ཁྱད་པར་སྒྲུ་མ་  
 གསུམ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པས་གྲོང་འཇུག་མང་དུ་མཛོད་པར་སྤྲད་སྟེ། སྤྲུལ་མཁར་ནང་དུ་  
 རྒྱུང་རོ་ཆང་སྟོན་གྱིས་ཆོགས་འཁོར་ཞུས་པའི་ཆོ། སྤྱག་རོན་བྲས་དེད་པ་ཅིག་སྐར་ཁྱང་  
 བས་ནང་དུ་བྱུང་། ཞེན་ཅིག་ན་གི་བས་ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་ལྟ་མོ་ཞིག་བརྟན་གྱི། མཐུ་  
 ཆེན་དཀྱིལ་འཁོར་སྟེང་ནས་གཟུངས་ཐག་ལོང་གོག་གསུང་སྟེ། སྤྱག་རོན་གྱི་རོ་ཆང་པ་  
 ལ་བཏགས་ནས་དམིགས་པ་གཏད་པས། སྤྲུལ་དབུ་འཛོག་སྟེ་སྤྲུང་གི་རྣམ་པར་གྱུར།

ལུག་རོན་གཤོག་པ་ཐེབ་ཐེབ་འཕུར་གྲུབས་བྱེད་པའི་རྩར་ལུག་རོན་ལྷ་གྲུ་ཞིག་ཡང་བྱུང་སྟེ།  
སྟོང་རྩེ་རྩེ་ལྷར་བྱེད་ཆེ་ཞན་སྟོན་གྱིས་ཏུས་ཅིང་སྒྲ་མའི་སྒྲུའི་དྲུང་དུ་འདི་ལྷར་མི་མཛད་པར་  
ལུས་ཀྱང་པན་གཞོད་མ་བྱུང་། ལུག་རོན་གྱི་དྲུང་དུ་ལུས་པས་ལུག་རོན་གི་བ་དང་སྒྲ་མ་  
བཞེངས་སྟེ།

རང་ལུས་ཁང་སྟོང་བཞིན་བོར་ནས།

ལུག་རོན་གཞན་ལུས་གོང་དུ་ལུགས།

གཤོག་བརྒྱང་མཁའ་ལ་དོ་འཕུར་བྱས།

བྱ་མ་བྱ་སྟངས་རྩེ་བ་དེ།

ཀློན་གྱིས་མཐོང་བ་དོ་མཚར་ཆེ། །གསུང་ཞིང་བཞད།

ཡང་གདན་བཞི་གསུང་བའི་ཆོས་གྲུ་ཞིག་དུ་མཆིལ་བའི་རོ་ལ་གོང་འཇུག་མཛད་འཕུར་  
སྟེ་བྱོན་པས་བྱིས་པས་དེད། སྒྲ་མ་བཞེངས་ནས་དུད་འགོ་རྟེན་དམན་པས་སྟོག་གི་བར་  
ཆད་དུ་དེ་ལྷ་གྲུར་གསུང་།

ཡང་དྲོ་བོ་ལུང་ན་ཆོས་གསུང་ཆེ་བྱིས་ཤ་བ་དེད་བྱུང་བ་ཆོས་རར་བྱོས་བྱུང་ནས་གི། དེ་  
ལ་གོང་འཇུག་མཛད་ནས་བཞེངས་ཆེ་བྱིར་བ་མི་གཉིས་བྱུང་། དེད་གྱིས་ཐག་རིང་ནས་  
བཀྲལ་པའི་ཤ་བ་གཏོང་ཟེར། ང་རང་གིས་བརྟེན་པའི་ཤ་བ་མི་གཏོང་གསུང་། བྲེ་མོ་  
མཛད། གཞན་གྱིས་གོང་འཇུག་མཛད་པ་ཡིན། དེས་གསུང་བར་འདུག་བྱས་པས། འོན་  
དུང་གོང་འཇུག་མཛད་པར་ལྷ་ཟེར་སྟེ། གོང་འཇུག་མཛད་ནས་གཟིམས་ཁང་དུ་བསྐྱལ།  
སྒྲ་མ་བཞེངས་སྟེ།

སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་བདག་གིས་ནི།

གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཉམས་སྒྲངས་པས།

འདོད་པ་མཐའ་དག་འབྱུང་བྱེད་པའི།

ཤ་བ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱ་བརྟེན།



ཅེས་གསུང་། རྟོན་པ་གཉིས་དང་སྟེ་ཆོས་སྒྲོང་ཞུགས་པས་སྒྲོམ་ཆེན་བཟང་པོ་གཉིས་  
 བྱུང་སྐད། ཡང་ཕུག་རོན་ལ་ཞུགས་སྟེ་འཕྲུང་ལྗིང་མཛད་ནས་དེའི་དུས་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་  
 བྱུང་གསུང་བ་དང་། ཆོས་སྟོན་ལ་གདན་དྲངས་ཅིང་རྩོམ་པ་མཁོན་དུ་བོས་པའི་སར་ལུ་  
 གུའི་རོ་ཞིག་ལ་གྲོང་འཇུག་མཛད་ནས་བཞེངས་སྟེ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་སྟེད་ཡུམ་གྱི།  
 བཅུད་ལེན་འཆི་མེད་ཡེ་ཤེས་ནི།  
 གྲོང་འཇུག་བདུད་ཅིའི་སྒྲན་སྒྲུང་བས།  
 ལུ་གུ་གི་སོས་གར་དང་ལྡན།

ཞེས་གསུངས། དེར་རྩོམ་པ་དེ་ཡང་བུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དད་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏི། །  
 ཡང་རྩོག་བས་ལུལ་བའི་འབྲི་ཆན་གཡང་ལྷམ་མ་བྱ་བ་གཉེན་གཉེད་འདུག། རྒྱ་མིག་འབྲི་  
 ཆུན་དུ་བྱིང་ནས་གི་བ་ལ་གྲོང་འཇུག་མཛད། ལྷང་མོའི་ལུགས་འའི་ནང་དུ་བསྐྱལ་ནས་  
 བཞེངས།

ཡང་རྩོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་དེས་ལུལ་བའི་འབྲི་ཆན་མ་རྒྱ་འབྲངས་ནས་ལྷང་མ་རུས་པར་  
 གི་བས། ངས་འབྲིའི་རོ་སྒྲོབ་གི་གསུང་ནས་གྲོང་འཇུག་མཛད། གཡལ་ཆན་ཞིག་གི་ག་  
 ལེན་པར་ལས་མི་རྣམས་ཆས་པ་ན། ངའི་ལས་སྒྲལ་ལ་གཡལ་ག་རོ་སྒྲོབ་གི་གསུང་གྲོང་  
 འཇུག་མཛད་སྟེ།

མཁའ་འགྲོའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་།

ཅ་རྒྱུད་བྱང་རྒྱུ་མེས་ཀྱི་རྟ།

རོ་སྟོམས་ལུག་གིས་ཡོངས་བསྐྱལ་སྟེ།

གཡལ་ཆན་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ། །གསུང་སྐད།

ཡང་སྐུ་བ་དུ་ལྷང་པ་བཏབ་ནས་སྤྱིས་གཡལ་ག་ལ་བཀལ་ནས་སྒྲངས་པས་གཡལ་ག་གི་

བ་ལ་གྲོང་འཇུག་མཛད། སྤྲུལ་གྱིས་ཁལ་ལ་ཡོ་རྒྱུ་བཅས་སྤར་བཞེངས་ཆེ་སྤྲུག་པ།  
ངས་གཡག་རོ་དང་ལྷང་བ་ཁུར་བས་མི་ཆོག་པར་རྟོག་ལ་ནས་གསུང་སྟེ་ཞལ་རས་རྩལ་  
གཤམ་འདུག་སྟེ། ལར་དུང་འགྲོའི་རྟེན་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་ནས་ཞག་དུ་མར་སྟོ་མི་གསལ་བ་འདུག་  
གསུང་།

བྱང་དུ་མགོ་ལེགས་གྱི་སར་ཡང་ལྷ་གཡག་དཀར་པོ་གཉན་སར་གི་བ་ཞིག་དང་ལུ་གུ་  
དང་གྲའི་མཆོད་ལུར་ལུག་རོན་ལ་གྲོང་འཇུག་མཛད་པར་བཤད་པས་དབུས་དང་བྱང་ལ་  
རྗེས་སུ་འད་སྤྱོད་དངས་བ་སྟུམ་མོ།

དེའི་ཆེ་མར་བ་བྱ་ཟེ་བྱ་བས་ཁོ་ག་ཆང་བྱད་མེད་བསྟེན། ལུ་རྟོ་སོགས་བྱེད་པ་དེ། དེད་  
རང་མི་ནག་པ་ཟང་མ་ཡིན་མོད་ཅེས་ཟེར་བས། ངག་དམས་ངག་གི་ཆེ་བ་འབྲིན་པའི་བྱིར།  
དེ་དག་བསྟེན་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ།

ཁོ་པོ་མར་པ་ལོ་ཙྰ་ངས།

རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དབྱེས་དོར་གེས།

ན་རོ་པའ་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཡོད།

དགོན་པར་མི་སྟོད་རང་ལ་སྤྲིག།

རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གདན་བཞི་གེས།

འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་གི་གདམས་ངག་ཡོད།

ཐ་མལ་དུ་གི་ན་རང་ལ་སྤྲིག།

བསམ་གཏན་གཉིད་དང་སྟེ་བ་གེས།

མི་ལམ་འོད་གསལ་གྱི་གདམས་ངག་ཡོད།

ཐ་མལ་དུ་ཉལ་ན་རང་ལ་སྤྲིག།

སེམས་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་མོ་ཤེས།  
 སེམས་གནད་ཏུ་བསྐྱེན་པའི་གདམས་ངག་ཡོད།  
 དོན་ཉམས་སྤྱི་མི་ལེན་རང་ལ་སྤྲིག།

རྒྱུད་གི་དེ་ཉིད་བདུན་ཅུ་ཤེས།  
 བ་ཚ་ཐོགས་འདོན་གྱི་གདམས་ངག་ཡོད།  
 སྤྲིན་པ་འགྲུགས་ན་རང་ལ་སྤྲིག།

རང་ལུས་རྒྱལ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཤེས།  
 ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་རྒྱས་བྱའི་བྱིར།  
 ག་ཆང་མི་བསྐྱེན་རང་ལ་སྤྲིག།

གཞན་ལུས་ལམ་དུ་སློང་ཅོན།  
 ལས་ཀྱི་ཕུག་རྒྱའི་གདམས་ངག་ཡོད།  
 ཕུག་རྒྱ་མི་བསྐྱེན་རང་ལ་སྤྲིག། ཁྱེས་གསུངས།

དེ་ཐོས་པས་ལྷག་པར་ཡང་སྐྱུར་བ་བཏབ་པ་གསན་པས། སྤོན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 ལའང་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་བྱུང་། སྐྱེ་ཐོ་བན་པའི་ཁ་ལ་ཆད་མེད། སྤྱིང་རྗེ་དང་། སྐྱུ་ལུས་ཀྱི་  
 རང་དུ་ཐོར་ལ་ཞོག། ཁྱེས་གསུངས་པ།

བཅོམ་ལྷན་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་དེ།  
 ལྷ་བརྒྱ་ཕུག་བརྩའི་སྤྲིགས་མ་ལ།  
 ལས་ཅན་སྤྲིན་གྲོལ་མཛད་པའི་བྱིར།  
 རྗེ་ན་རོ་ཆེན་པོར་སྐྱུ་རྒྱལ་པས།

འཁོས་རྒྱང་མར་པ་ལོ་ལྷ་འདི།  
གསན་ནམ་ག་ཟིགས་སམ་ཐུགས་ཀྱིས་མཆེན།

པ་ཐུགས་རྩེས་རྒྱང་དང་སྤྱལ་པའི་སྤྱུ།  
རྒྱ་ཉི་བྱང་རྒྱུ་གཞུང་ལམ་དུ།  
རྒྱང་སེམས་བདེ་ལོད་རྒྱང་དུ་རྒྱུད།  
ཟག་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོར་འགོ།

སྤྱི་བ་བྲལ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤར།  
བྲེ་ན་མེད་དོ་བྲེ་མའི་གསུང་།  
མ་རིག་ཐུན་པ་དབྱིངས་སྤྱད་ག།  
གསུང་དང་འཛིན་པའི་སྤྱི་བ་གཉིས་བྲལ།  
བདེ་གསལ་སྤྱོད་དང་བྲལ་བར་ཤར།

རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་པའི་སྤྱང་བ་འདི།  
རང་བཞིན་མེད་པའི་གཟུགས་བརྟན་མྱེ།  
དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་སྤྱང་བ་རྣམས།  
མི་ལམ་སྤྱང་བ་ཐི་བཞིན་དུ།  
ཆོས་རྣམས་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཤར།

ལྟ་དང་ལྟ་མིན་མི་རྣམས་དང་།  
དབྱལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་དང་།  
སྤྱ་ཆོགས་འཛིན་པའི་སྤྱང་བ་འདི།  
སྤྱུ་མ་ལྟ་བུར་མེད་པར་རྟོགས།

ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དམིགས་པ་དང་།  
 འབྲང་བའི་སྒོ་དང་རྒྱང་གནད་ཀྱིས།  
 གང་འདོད་དོན་དུ་འབྱུང་འབྱུང་འདྲ།  
 བསྐྱེད་འཕྲོ་བྱེད་མ་མེད་པར་གར།  
 སྒྲི་བའི་དུས་སྐུ་མ་བཅོས་བཞག།  
 མི་ལམ་དུས་སྐུ་མ་སྤྲད་དྲན།  
 བར་དོའི་དུས་སྐུ་མ་བཅིངས་རིག།  
 འབྲས་བུའི་དུས་སྐུ་མ་སྒྲིབས་གར།

ན་འོའི་རྗེས་འབྲང་སྒྲིབས་བྱུ་རྒྱུ་མས།  
 གདམས་ངག་ཟབ་པ་ཉམས་སྐུ་ལོང་།  
 རིགས་པ་ཡོད་ཀྱི་ངེས་ཤེས་སྒྲིད།  
 སྒོ་རྒྱང་ལོག་པར་རྟོག་པ་རྒྱུ་མས།  
 སངས་རྒྱུས་ལ་ཡང་སྐྱར་འདེབས་ཅིང་།  
 རང་གི་བ་ལ་ཡང་གཤེ་བྱེད་པའི།  
 སྒྲི་བོ་གཡོམ་ལ་རྒྱག་པ་ལ།  
 དོན་ལ་འདི་ཡིན་འདི་མིན་མེད།

སྐྱར་བོ་བོང་རྒྱག་བྱེད་པ་ལ།  
 མཁས་རྒྱུ་མས་དེ་ཡི་རྗེས་མི་འབྲང་།  
 བ་སྒྲིད་ཚིག་གིས་ཚོས་རྒྱུ་མས་རྟོང་།

ང་སྐྱེ་ནི་ལྟ་ཡི་འཁོར་ལ་ཡིན།

གསུང་ནི་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན།  
 ཐུགས་ནི་ཡེ་ཤེས་དོ་བོ་ཡིན།  
 ཐུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཉམས་སུ་ལོང་།  
 ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བྱང་རྒྱུ་བ་ལྟུང་། ཅིས་གསུངས།

ཕྱིས་ག་བ་ལ་ཐོང་འཇུག་མཛད་སར་ལོ་ཡོད་པ་མ་དང་པ་སྟེ་ས་ཉྱེ། ཟེད་ག་ཆར་ལུང་  
མེད་པ་སྟེ་ན་པ་ལ་ག་དང་ཁིག་ཡོད་པར་འདུག་པ་གསུང་འཆེལ་ཆེར་པ་ལ། གསུངས་པ།

པ་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཐུག་འཚེལ་ལོ།  
རྗེ་ཤོང་མ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་དྲིབ་གྱིས།  
དས་མོས་དལ་དཔེ་ཚེ་ཅ་རྒྱུད་བསྐྱོམས།  
ལུས་སེམས་བརྩན་ཁིང་བརྩན་ཁིང་བསྐྱོམས།  
འབྱུང་བ་འཐུགས་ཀྱང་ཉམ་ང་མེད།  
ཐོགས་འདྲོན་རྩ་ཤེས་པའི་གདེང་ཞིག་ཡོད།

གཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྱེད་གསལ་བསྐྱོམས།  
 ལྷ་དཔ་བསྐྱུས་ཅིང་བསྐྱུས་ཅིང་བསྐྱོམས།  
 གཉི་མཁའ་རྒྱ་མེད་ཡང་ཉམ་རེད།  
 ལྷ་དཔ་ལྷ་གཏུ་ཤེས་པའི་གདེང་ཞིག་ཡོད།

མི་པམ་གྱི་དུས་ལྷན་ལམ་བོ་མས།  
ལྷང་བརྩོ་ཁིང་རྩོ་ཁིང་བརྩོ་མས།  
འཛམ་གླིང་གྲུ་ཤིང་ཡང་ཉམ་ངེད།  
ལྷ་མང་ཤེས་པའི་གདང་ཞིག་ཡོད།

འདོད་ཡོན་སྤྱད་ཆོ་ལྷ་སྦྱར་བསྒྲོམས།  
རོ་བློ་བྱང་ཞིང་བྱང་ཞིང་བསྒྲོམས།  
བཟའ་བཏུང་དུ་མཐོང་རུང་ཉམ་ང་མེད།  
ཚོགས་མཆོད་དུ་ཤེས་པའི་གདེང་ཞིག་ཡོད།

ཐབས་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་གཞན་ལུས་བསྒྲོམས།  
བདེ་བ་སྦྱེད་ཅིང་བསྦྱེད་ཅིང་བསྒྲོམས།  
ཐ་མལ་དུ་འདུག་ཡང་ཉམ་ང་མེད།  
ལྷན་སྦྲེས་སུ་ཤེས་པའི་གདེང་ཞིག་ཡོད།

འཆི་བའི་དུས་སུ་འཕོ་བསྒྲོམ།  
འཕོ་བ་སྦྱོང་ཞིང་སྦྱོང་ཞིང་སྒྲོམ།  
འཆི་ལྷས་བྱུང་ཡང་ཉམ་ང་མེད།  
རྩོགས་རིམ་དུ་ཤེས་པའི་གདེང་ཞིག་ཡོད།

ཤི་བའི་དུས་སུ་བར་དོ་འཛིན།  
བར་དོ་སྦྱིན་དང་ན་བུན་འདྲ།  
ཆགས་སྤང་སྦྲེས་ཀྱང་ཉམ་ང་མེད།  
རང་གྲོལ་དུ་ཤེས་པའི་གདེང་ཞིག་ཡོད།

སྤྱོད་པ་ཉད་པོ་ལྷ་བ་མིན།  
ཞིག་ནས་ཉེངས་པོ་སྒྲོམ་པ་མིན།  
བཅོས་མའི་ཐོ་ཅོ་སྦྱོད་པ་མིན།  
ཡིན་མིན་རེ་དོགས་འབྲས་བྱ་མིན།

བཀའ་བྱི་མ་མེད་པའི་གདམས་ངག་ཡིན།།

གསང་སྒྲགས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་ཡིན།

རིག་པའི་སྒྲོད་དང་ལྟན་པ་ཡིན།།

ཡུད་ཆེན་རྒྱལ་ལ་མཁས་པ་ཡིན།

གདམས་ངག་ལ་བྲུ་ཞིབ་ཤེས་བ་ཡིན།

གཞུང་གི་འཕུལ་བུ་ལྟ་བུ་ཡིན།

རང་གིས་ཉམས་སྲུང་བ་ཡིན།།

ཡང་དག་གི་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན།།

མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་གནད་བསྐྱེས་ཡིན།

བརྩོན་ལྷན་གྱིས་རབ་ཆེ་བ་ཡིན།

མ་རིག་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན།།

འིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐུགས་མེད་ཏུ།

གསལ་ཞིང་རྒྱན་ལ་བྱབ་པས་རྒྱས།།

དེ་དག་དབྱེར་མེད་སྒྲོལ་བྲལ་དུ།

ང་མར་པ་སློ་གྲོས་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།

གདམས་ངག་གནང་བས་ཁྱིས་ཁྱུ་བཅོམ་ཕྱི་མེས་ཀྱགས་པར་གྱུར་ཏོ།།



(བཞི་པ་སྤྲུགས་དམ་མཛོན་དུ་གྱུར་པའི་སྒོ་ནས་བསྟན་པ་དང་  
སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོགས་མཛད་ཚུལ་ལ་གསུམ།

སྤྲུགས་ཡལ་བས་སྒྲོ་ཤས་དང་ངེས་འབྱུང་གི་སྒོ་ནས་ཀུན་གྱི་སྤྲུགས་དམ་ལ་ཤོགས་  
ཐོན་ཚུལ། བསྟན་པ་ལ་དར་རྒྱས་འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་ནས་གདམས་ངག་དང་བྱིན་  
རྒྱལ་གྱི་རྟེན་ཞལ་གདམས་དང་བཅས་ཏེ་གནང་ཚུལ། འགྲོ་ཀུན་དང་བ་འབྲེན་ཕྱིར་  
བཀོད་བསྐྱའི་རྗེ་འབྲུལ་བསྟན་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་སྤྲུགས་ཡལ་བས་སྒྲོ་ཤས་དང་ངེས་འབྱུང་གི་སྒོ་ནས་ཀུན་གྱི་  
སྤྲུགས་དམ་ལ་ཤོགས་ཐོན་ཚུལ་ནི།)

དེ་ནས། མི་རྒྱུད་ན་མཁའི་མེ་ཉོག་ཡལ། །ཞེས་པའི་རྒྱུན་གྱི་པའི་ཕྱིར། ཡལ་སྤྲུགས་ལོ་  
གསུམ་གྱི་སྤྲུ་མཚམས་མཛད་པར་བཞེད་སྟེ། སྤྲུ་མཁར་གྱི་ཡར་ཅེར་སྤྲུ་མ་ཆེན་པོ་བཞུགས།  
དེའི་འོག་དུ་སྤྲུ་མ་དོ་སྟེ་བཞུགས། བར་ཁང་རྣམས་སུ་བྱ་ཆེན་ཅི་རིགས་རིམ་བར་  
བཞུགས། ཡམ་དང་རྩེ་མི་ལ། མར་བ་མགོ་ལེགས། བ་རང་སྤྲུ་བ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཞམ་  
རིང་མཛད། སྤྲུ་བ་ཁོང་ནས་གདམས་པ་གནང་ཞིང་། སྤྲུ་བར་སྤྲུ་མ་དོ་སྟེ་ལ་གདམས་  
ངག་མཐའ་དག་གནང་བས་སྤྲུ་མ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པའི་གྲོང་འཇུག་ལ་དབང་ཐོབ་  
པར་གྱུར་ཏོ།

དེའི་ཆེ་ལུས་བདག་མེད་མའི་གཅེན་པོ་དེ། ཡལ་དེའི་ཇོ་བོ་ཁས་དྲག་ཞིང་དབང་ཆེ་བ་  
ནོར་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་པ་བྱ་མེད་པ་གཅིག་རྩེ་མོང་ལུས་བྱ་བ་ན་ཡོད་སྟེ། ཡལ་དེ་ན་ལོ་ལོ་བཞིན་  
ལྷན་མོང་སྟོལ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ལོ་ཇོ་བོ་དེས་གཞི་བྱེད་ས་པའི་ལོ་དུས་ཀྱི་ལྷན་མོ་དང་།  
སྤྲུགས་བམ་ཞིག་བཞེངས་པའི་རབ་གནས་གསོན་དག་དང་བཅས་པ་བྱེད་པར་བརྩམས།

གཤམ་དབུ་ལ་ཡབ་སྲས་གང་རུང་སྒྱུན་འདྲེན་པའི་ལུ་བ་བྱས་པ་ཡུམ་གྱིས་མ་བཞེས་ནའང་།  
ནམ་གྱིས་གནངས་ཉིན་སྒྱུན་འདྲེན་མི་ཞིག་བཏང་བ་དེས་ཡུམ་ལ་ཞལ་ལྷ་ལྷས་པ་སྲས་གྱིས་  
རྒྱ་སྐར་ནས་གསན།

སྒྱིར་སྒྱུ་མཁར་མཐོ་ཞིང་ཐག་རིང་བས་ཚིག་འབྲུག་གོ་བ་གསན་ཐུབ་པའི་གནས་མེད་  
ནའང་། བར་ཆད་ཀྱི་དུས་སུ་སོན་པས་ཚིག་འབྲུག་གསལ་བར་གསན་སྟེ་ཐུགས་བརྟེན་ནས་  
འབྱོན་བར་དགོངས།

ཡང་བར་ཆད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན། ཕྱིན་ན་མི་འོང་དགོངས་པ་བག་རེ་ཡང་བྱུང་། གནངས་  
ཞོགས་སྒྲ་བར་རང་བཞིན་དང་སྒྲུལ་པའི་མི་མང་པོ་ལྟ་མོས་ཡིད་དུངས་པའི་གཏམ་ཟེར་  
ཞིང་སོང་། ཟུང་བར་ཀླན་མོ་མགོ་ཤུ་བའི་མེ་རྟོག་ལྟར་དཀར་བག་སྒྲུལ། ད་རེས་ལྟ་མོ་  
འདི་མ་མཐོང་ན་སྒྲར་མཐོང་བ་དོན་མེད་ཟེར་ནས། དཀའ་དཀའ་ལྟར་སོང་བ་གཟིགས།  
ཐུང་མེད་དེ་དག་ཚས་སྒྲུ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགོ་འཇིགས་བྱེད་བཞད་པ་མོ་དང་། འོངས་སྒྲུ་  
བདུད་འདུལ་གྱི་མཁའ་འགོ་ཞི་བ་འཚོ་དང་། སྒྲུལ་སྒྲུ་ལས་གྱི་མཁའ་འགོ་ཟ་བྱེད་འཇིགས་  
རུང་མ་སྟེ། མཁའ་འགོའི་གཙོ་མོ་གསུམ་སྲས་སྒྱུན་འདྲེན་དུ་འོངས་པ་ཡིན་སྟེ།

དེ་རྣམས་སྒྲུལ་བར་མ་མཐེན་པར། ཀླན་མོ་མ་གཤི་ཚོ་འགོ་ན། ར་གཞོན་པ་ལ་མ་གཉིས་  
འཛོམ་གྱི་གཅེས་ཐུག། ཅིས་མི་འགོ་དགོངས་སྟེ། ན་ཟ་བེར་དཀར་དེ། ཐུག་ལ་བཀལ་  
ནས་སྒྲུ་མཚམས་བཞིག་སྟེ་ཐལ་བྱུང་དུ་བྱོན་སྟེ།

སྒྲུ་མཁར་གྱི་སྒྲོར་ཡུམ་བཞེས་པ་ལུར་བྱོན་པ་དང་མཇལ་ཡང་ཐུག་ཐེལ་བས་འཛིན་པ་  
མ་བྱུང་། བཞུགས་སུ་ནི་མ་གསན། ཅིས་ཀྱང་འབྱོན་ན་དེ་རིང་གི་ཉི་མ་ལ་གཤམ་དབུ་མ་བྱེད་  
གསུང་བ་སོགས་དམ་བཅའ་བདུན་བསྟོས་སྟེ། མཚུར་སྟོན། མགོ་ལེགས། བ་རང་། མི་ལ་  
བཞི་ཐུགས་ཕྱིར་བཏང་། བྱི་མིག་ཡང་མི་གཟིགས་པར་སྒྲར་དང་མི་འདྲ་བར་བཞུད་པས་  
ཆེར་ཐུགས་མ་བདེ། གཤམ་དབུར་ཐུགས་གྱིས་བྱུང་བས་ཐུགས་གཉིས་ཀའི་ཁྲོམ་ཐོག་ཚད།

སྒྲུ་ཞང་དེས་ཏུ་མོ་རོག་སུང་དཀར་བྱ་བ་ཤིན་དུ་བཟང་བས་གཙོས་པའི་འབུལ་ཆེན་

བྱས། ཏྲ་དེ་ལ་བཅིབས་ལའོར་རྣམས་ཐོན་ལ་བཏང་ནས། གྲོང་དེ་དང་མི་རིང་བ་སྟེག་པ་  
ལུང་བྱ་བར་ཐེབས་པ་ན། ཤིང་ལུང་ཞིག་ནས་སྟེག་པ་ཁ་ཅིག་འགྲོགས་པས་ཆིབས་  
འགྲོགས་སྟེ་ཆིབས་ཐོག་ནས་ལྷུང་། ཞབས་གཡས་པ་ཡོང་ལ་བྱ་འདོས་ནས་ར་ལམ་ཀན་  
བ་བྱ་བ་ན། དབུ་པ་བོང་དཀར་སྟེ་ཞིག་ལ་བདབས་པས་ཆག རྒྱགས་དན་ཉམས་པ་ན་མི་  
ལས་གཟིགས་སྟེ་རྒྱང་བཟུང་ནས་བྱོན་པས་སྐད་ཅིག་གིས་ཐེབས། ཆིབས་ལས་ལའ་ནས་  
བཞུགས་ཆེ་བ་ཆེན་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཐེབས་སྟེ། དུག་ཞབས་ལུང་པས་བྱགས་དན་རྟེན་སྟེ་  
ཤེ་རགས་འདི་གཤགས་པའི་བྱེད་ཀྱིས་མ་ཆིངས། བྱེད་སྐྱ་རགས་ཀྱིས། ཨ་པོ་མ་བྱ་ཆེན་  
ཐོན་ལ་སོང་ལ་ཡབ་ལུམ་ལ་ཞུས་ཅིག །ངས་ཏྲ་ལ་ཆགས་སམ་ལྟའི་གསུང་སྟེ་བཅིབས་  
ནས་བྱོན། རྩེ་བཙུན་ཀྱིས་སྐྱ་མཁར་ཅེར་བྱོན་བྱག་ལུང་པས། ལུང་སྟེ་བཟུང་པ་ན་དགའ་  
ཡལ་ཀྱིས་ཡོང་བ་ཡིན་སྟེ། ད་རེས་མ་དགའ་ལྟོང་གིས་བྱུང་། ཅི་ཡིན་གསུང་། ལོ་རྒྱས་  
ཞུས་པས་ད་ག་ཅམ་ན་སྟེ་བགསུང་། ཞན་ཅམ་ཐེབས་ཞུས་པས། མ་ཆས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་  
སོགས་ཀྱིས་ལ་བྱ་འབྲེལ་དགོས་པར་འདུག །མི་ལམ་ནའང་ལུས་ཀྱི་སྟིང་བྱུང་བ། ཉི་ཟླ་ན་  
མཁར་བརྒྱས་པ། མཆུལ་གྱི་དབུས་དོལ་བ་སོགས་བཟིས། བྱོན་རུང་ཕན་གཞོད་མི་འདུག་  
རུང་། སྟིང་རྩེ་བས་འགོ་དགོས་གསུང་།

བྱོན་པ་ན་སྟེས་ཀྱིས་བྱམས་ཀོག་ལུམ་ར་ཞེས་པ་མདོ་བྱམས་ཀྱི་བྱི་བྱ་ཡེལ་དུ་ཐེབས་པ་  
དང་མཛུལ། དབུ་གནད་ཆབས་ཆེ་བས་ཐོད་པ་དུང་དཀར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆག་པ་ཅམ་བྱ་  
མདུད་ཀྱི་ཆིངས་ཀྱིས་གསོ་བྱུང་ཀྱང་། ལྷུང་པ་བརྒྱའི་སྟེ་ཆོགས་འཐོར་ན་གསོར་མེད་སྟེ་  
དུ་སྟེས་རིང་དུ་མི་འཆོ་བར་དགོངས་སྟེ། འཁོ་བ་གསལ་འདེབས་ཀྱི་མགུར་གསུངས་པ།

རྩེ་མཚན་ལྟན་གྱི་བྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

བཀའ་བྱིན་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

བྱོན་ཀྱིས་སྟོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

བྱ་གསལ་དང་རྗེ་མཛོད་མཛོད་ལྟེ་འབྲུམ།  
 ཁོ་པོ་མར་པ་ལོ་རྩེ་ངས།  
 རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་ལན་གསུམ་ཕྱིན།  
 མཚན་ལྷན་སྒྲུ་མ་གྲུས་པས་བསྟེན།  
 རྗེ་ན་རོ་མི་ཏི་རྣམ་གཉིས་ལ།  
 རྒྱུད་འགྲེལ་གདམས་པ་མང་དུ་ཞུས།  
 དབང་བཞིའི་གནད་ལ་ངོ་སྤྲོད་བྱས།  
 ཞུད་པར་འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་ཞུས།  
 དེ་མ་གསངས་གོང་དུ་བྱ་ལ་བསྟན།  
 རྒྱུད་འགྲེལ་གདམས་པ་བྲན་ནམ་མཛོད་མཛོད་ལྟེ་འབྲུམ།  
 སྤྱིར་རང་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་འདི།  
 མི་རྟག་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ལ།  
 བསྐྱུ་མ་ལུས་ཀྱིས་རྟག་མ་བྱུང།  
 སྒོ་བྱར་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་བྱུང་།  
 ཐོད་པ་དུང་དཀར་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆག།  
 གྲུང་རྒྱ་དར་དཀར་ཀྱི་ཡོལ་བར་ལ།  
 གྲུང་པ་བརྒྱའི་ལྷ་ཆོགས་འཕོར།  
 བསྐྱུ་ལུས་འཇིག་པ་ཤིན་ཏུ་བདེན།  
 པ་རྗེ་ལྷ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡིན།  
 རྣམ་ཤེས་ཚངས་པའི་ལམ་ནས་ཐོན།

ད་ལན་ཡ་ཤིང་ཐུགས་ཀར་འཕོས།

གསུངས་ཀྱང་ཐུགས་དྲན་ཉམས་པས་མ་གསལ། ལུས་རིང་ཐབས་སུ་བྱོན་པས་  
གཟིགས་མ་ཐག་དྲན་མེད་ཏུ་བརྒྱལ། སངས་པ་ན་སྤྲོན་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་ལ་ནི་ཁྱེད་རང་  
མཁས། སྤ་འདི་འཆོ་བར་གདའ་འམ་ཁྱེས་པས། སྤྲོན་ཡན་ལག་སྟོང་ཤེས་རུང་། རོ་མགོ་  
མེད་ལ་གསོ་བའི་ཐབས་མི་འདུག །ཆུ་ཟངས་གང་གི་ནང་ན་ཞག་ཉ་མིག་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་  
དེ་ཅིག་ལོགས་ལ་གཏོར་ཆར་འདུག །སྤ་མཆོམས་ཀྱི་སྤྱང་ལ་ལྟ་མོ་ལ་གཏོར་མཁན་ཁྱེད་  
མིན་པ་སུ་ཡོང་།

ལར་བྱད་མེད་ཀྱི་གྲོས་མགོ། རའི་ལམ་སྤྱ། བྱི་བའི་བྱ་ར། ཐལ་བའི་ལ་བཙས། མར་  
བྱི་ཉི་འདེ་རྣམས་ལ་དགའ་མོ་བྱུང་བའི་དཔེ་མེད་གསུང་ནས་དབུ་གཏུམས་སྟེ་བཞུགས།  
དེར་ལུས་བྱིས་ལྟས་ཀྱི་སྤྲོན་ཁུང་ལ་ཞལ་བཏད་སྟེ། འཕོ་བ་གསལ་འདེབས་ཀྱི་མགུར་  
གསུངས་པ།

རྩེ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

མཆོག་གི་སྤྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ།

མཆོན་ལྷན་མར་བ་ལོ་རྩྱ་ཡི།

ཞབས་ལ་གུས་པས་བྱག་འཆལ་ལོ།

ཐུགས་དྲན་དང་རྩིས་མདོ་ཞེ་འཕུམ།

སྤ་འདི་ནས་ཡ་རོལ་ག་ཤེགས་པའི་བྱིར།

འདུས་བྱས་སྤང་པོ་འཛིག་པ་ལ།

ཐུགས་བྱལ་བྱང་ཟད་ཡོད་སྟེ་མཆི།

ཡ་ཤིང་མར་བ་ལོ་རྩྱ་ཡིས།

ཀྱུ་གར་ཡུལ་ལ་ལན་གསུམ་བྱོན།  
 སྒྲི་སྒོག་ལ་མ་བཞུས་དམ་ཚེས་བཅུལ།  
 མཚན་ལྡན་སྒྲི་མ་དུ་མ་བཞུན།

ཁྱད་པར་ན་རོ་བཏ་ཆེན་ལ།  
 སྒྲན་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་པ་མ་ལུས་གསན།  
 ཡ་ཚོས་མ་གསངས་བྱུ་ལ་གསུངས།  
 དུས་ད་ལྟ་བྱགས་ལ་གསལ་མི་གསལ།

ན་རོ་བཏ་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ནམས།  
 ད་ལྟ་གདེང་དང་ལྡན་མི་ལྡན།  
 ཁྱད་ཆོས་བསྐྱེ་འཕྲོའི་གདམས་ངག་ལ།  
 ད་ལྟ་ངེས་ཤེས་སྒྲེས་མ་སྒྲེས།  
 སྒྲི་མེད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ།  
 ད་ལྟ་མཉམ་བཞག་བརྟན་མི་བརྟན།

འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་གདམས་ངག་ལ།  
 ད་ལྟ་གདེང་དང་ལྡན་མི་ལྡན།  
 འདུས་བྱས་ཤ་བྲག་ཕུང་པོ་འདི།  
 མི་རྟག་ན་མཁའི་འཇའ་ཆོན་འདྲ།  
 རྒྱ་མ་ལུས་ཀྱིས་རྟག་མ་བྱལ།

ཡུམ་ང་རང་ལྟ་མོ་བདག་མེད་མ།  
 དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་སྐྱེད་པའི་ཡུམ།

སྙིང་པ་ལྟ་འདབ་བརྒྱད་སེང་གའི་ཁྱི།  
 ཉི་ཟླ་པ་ལྟ་འདབ་སྙིང་ས་ན།  
 སྙི་མཆོག་མར་པ་ལོ་རྩ་བ་ལྟགས།  
 དབྱེས་དོར་སྤྱལ་པའི་ལྟ་དགུ་ཡིན།  
 ལྟ་མ་གཤམ་ཆངས་པའི་ལམ་ནས་ཐོན།  
 ད་ལན་ཨ་མའི་ལྟགས་ཀར་འཕྱོས།

ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། ལྟགས་དྲན་ཉམས་པས་མ་གསན། ལུས་ཀྱི་སྤྱན་ཆབ་སྤྱན་ཁྱུང་དུ་  
 མོང་བས་ལྟགས་དྲན་མོས་པ་ན་སྤར་ལྟར་གསུངས་པས། སྤྱི་ལྟ་ཞལ་ནས་ཨ་ཕོ་མཐུ་  
 ཆེན་ངའ་ཡར་སྤོང་ཞིག་གསུང་ནས། དབྱ་ཐོད་ཆལ་པ་བརྒྱད་ཏུ་བྱེ་བ་དེ། སྤྱི་རང་གི་ལྟག་  
 གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྤྱུང་། གདོང་པ་འདི་མ་བདེ་བས་ཁྱིས་དང་གསུང་ནས། རྩེ་བཙུན་ཀྱིས་  
 ཞལ་རས་ཀྱི་སྤྱི་མཆོལ་ཁྱིས་བས། དས་ཆོ་འདི་ལ་ཡབ་ལུས་ཀྱི་དྲིན་ལན་མ་འཛོལ་བའི་  
 ཁར་ལྟགས་ཁྱལ་ལ་བཀོད་པ་ཅིག་བྱུང་། ད་ལྟགས་ཁྱལ་མི་མཛད་པར་ལུ་བས་རམ་ཐེག་  
 ཞིག་གསུང་བ་ན། རྩེ་མི་ལས་སྤྱི་ཆོལ་བར་ཆད་ཏུ་འགྲོ་བས་དེ་སྤྱི་མི་གསུང་བར་ལུ་ལུས་  
 བས། ཨ་ཕོ་མཐུ་ཆེན་ཆོལ་བར་ཆད་འདི་ལས་གཞན་འདུག་གས། སེམས་ཅན་སྤྱི་འི་ལམ་  
 ཕོ་ཆོལ་འདི་ལ་ང་ཡང་འགྲོ་བའི་དུས་ལ་སྤྱི་བ་བྱུང་བས་འགྲོ་བ་ཡིན། སྤྱི་ནས་འཛིགས་པ་  
 ཅན་བར་དོའི་འབྲང་རིང་ལ་འཛིགས་སྤྱི་གི་སྤྱི་བ་ལྟལ་མཐའ་ཡས་ན་འདྲ། ང་ལ་ལ་  
 རོའི་བཀའ་དྲིན་ཀྱིས་སྤྱི་མ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས། གར་སྤྱི་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པས་  
 མགོན་པོ་རང་ཁྱི་དུ་སྤྱི་བ་པ་ལྟ་བུའི་གདོང་ཡོད།

ལར་མི་ལུས་ཐོབ་ནས་ཆོས་མི་བྱེད་པ་འདི་རྣམས་སྙིང་རྩེ། ཡབ་ལུས་ལྟགས་ཁྱལ་མི་  
 མཛད་པར་ལུ་བ་འབྱལ་བས། ཨ་ཕོས་རམ་ཐེག་ཞིག་གསུང་ནས་ལུ་བ།

རྩེ་གསུམ་ལྟན་ཀྱི་སྤྱི་མ་རིན་པོ་ཆེ།

དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཆང་དང་དབྱེར་མེད་པའི།  
 ཡབ་དབྱེས་རྡོར་སྒྲུལ་པའི་ལྟ་དགུ་དང་།  
 ཡུམ་སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པའི་བདག་མེད་མ།  
 ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ལ་གྲུས་བྱས་འཆལ།  
 ཡབ་ཡུམ་གྱིས་དབང་བསྐྱར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

ང་འདི་ནས་ཕ་རོལ་འགོ་བལ།  
 ཡ་ང་དང་བག་ཚུལ་གདའ་སྟེ།  
 ཡབ་ཡུམ་དྲིན་ལན་མ་ཁོར་འཆི་བ་འདི།  
 རྒྱང་ཅམ་སེམས་ལ་འཕྲེང་བར་གདའ།  
 འོན་ཀྱང་མ་ཕན་འཆི་བལ།  
 ཡབ་ཡུམ་བྱགས་བྲལ་མི་དབྱིད་འཆལ།

ཡབ་ཕ་རོལ་གསུངས་པའི་རྒྱུད་འབྲེལ་རྣམས།  
 རྣམ་ད་ལྟ་སེམས་ལ་གསལ་བར་གདའ།  
 ཐབས་ལམ་ན་རོ་ཆོས་རྒྱག་ལ།  
 ད་ལྟ་གདེང་དང་ལྟན་པར་གདའ།  
 རྒྱད་ཆོས་བསྐྱེད་འཕྲོལ་གདམས་ངག་ལ།  
 ད་ལྟ་ངེས་ཤེས་འདྲོངས་པར་གདའ།

སྦྱི་མེད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ།  
 ད་ལྟ་མཉམ་བཞག་བརྟན་པར་གདའ།  
 རྒྱད་ཆོས་འཕྲོ་བ་གྲོང་འཇུག་ལ།



ད་ལྟ་གདང་དང་ལྟན་པར་གདའ།  
ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སྤྱན་ཆབ་མི་གཏོང་འཆའ།

སྤྱི་མེད་སྤྱོས་བྲལ་བྲག་རྩ་ཆེ།  
མུང་པོ་ཁམས་དང་སྤྱི་མཆེད་རྣམས།  
ལྟ་དང་ལྟ་མོའི་རང་བཞིན་གསལ།

སྤྱིར་འཕོ་བྱ་འཕོ་བྱེད་རྟེན་དང་བྲལ།  
སྤྱི་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་འཕོ།  
ཡབ་ཡུམ་གྱི་ཐུགས་ཀར་གཏད་མི་འཆའ།  
རྣམ་ཤེས་བྱེན་ལ་འཕང་མི་འཆའ།

བྲམ་མ་ན་རོ་དང་མི་ཏྲིའི་རྒྱུད་འགྲལ་རྣམས།  
རྟོག་སྟོན་མཐུ་ཆེན་ལ་སོགས་པའི།  
ཁོང་བུ་ཆེན་རྣམས་ལ་གནང་མཛོད་ལ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དཔེལ་བར་བྱ།  
བདག་གསོན་ཡང་བྱེད་རྒྱུད་ལས་མེད།  
གཤིལ་ལྷ་རྒྱུད་ལས་མེད།

འོ་སྐྱོལ་ཡབ་ཡུམ་སྤྲས་བཅས་རྣམས།  
སྤྱི་བ་འདི་ལ་མཇལ་སྐྱམ་མི་གདའ་སྟེ།  
ཨོ་རྟན་ཡུལ་ལམ་མཁའ་སྤྱོད་ཏུ།  
བྱི་མ་ཅིས་ཀྱང་མཇལ་བ་བྱ།

ཞེས་ཡུལ་སྟེ། ཟློན་ལམ་མང་དུ་མཛད། དེ་ནས་ནང་དུ་གདན་དྲངས་ནས་འཕམ་ཡུལ་  
 གྱི་ཉ་མང་དཔལ་མོ་སོགས་གྱིས་གྲོང་འབྲུག་མཛད་པར་ཁྱས་པས། མ་ཟློས་མས་པར་འཆང་བྱ་  
 བའི་ཆོས་བོད་ཏུ་དར་བར་འདོད་ན། ཁྱེད་གཙང་མའི་རོ་རྒྱུད་མ་ཟོས་པ་ཞིག་ཆོལ་གསུང་  
 བས་ཀྱན་ཏུ་བཙལ་ཡང་གཏན་མ་རྟེན། རྗེ་བརྩམ་མི་ལས་རྒྱ་འབྲུལ་གྱིས་རིམ་གྱིང་ལན་  
 གསུམ་བསྐྱོར་ཡང་མ་རྟེན། དུར་ཁྱོད་གསལ་བ་ཆོལ་དུ་རྟོག་སུམ་བཞི་རེ་རྒྱན་མི་འཆང་  
 གྲང་དེའི་དུས་ལན་གསུམ་ཕྱོད་པས་མ་རྟེན། ཅེས་གྲིས་པ་ཅིག་སྟུང་།

རྒྱལ་པོ་ལ་གཅིག་གིས་ཀློག་མོ་བླ་པ་ལོག་ནས་ཤི་བའི་རོ་ཞིག་ཁྱེད་ལྟར་བ་ལ་འཕོ་བར་  
 ལྷན་པས་འགྲོ་དོན་མི་ལྷན་པས་མི་འཕོ་གསུང་། ཡང་སྒྲོ་བ་མ་ལུག་ཐིམ་གྱིས་ལྷན་རོན་  
 ཏེ་ལ་ནས་ཤི་བའི་རོ་ཞིག་ཁྱེད་ལྟར་བ་ལ་འཕོ་བར་ལྷན་པས། ཏུད་འགྲོ་འི་ལུས་ཀྱིས་འགྲོ་  
 དོན་མི་འོང་། ར་ལུས་རྟེན་རིམ་པར་འདྲེན་ཆེད་ཅི་བྱེད་གསུང་། དེར་ལུག་ཐིམ་  
 མོགས་མ་དག་པ་ཁ་ཅིག་གོང་འདུག་ཡོད་ཟེར་བ་མི་བདེན་པར་འདུག །ཐུང་བླ་མས་  
 མཛོད་བ་རྣམས་ཀྱང་མིག་འཕྱུལ་དུ་འདུག་ཞེས་རྒྱུར་བ་འདེབས་བ་ན། ལྷན་ཀྱིས་ཁྱེད་  
 རྣམས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་སྒྲོག་གིར་ངས་ལུག་རོན་ལ་འཕོ་བར་བྱའོ། །ལུག་རོན་རྒྱས་མགོར་  
 ཞིག་ལ་མཚོད་པ་གོམས་ཅིག །སྟེད་རིམ་མ་བཅུས་པར་འཕོས་ན་ལྟ་བུས་ད་པའི་ལྟར་བ་  
 ཡོད་པས་ངས་རྟོགས་རིམ་དུ་བཅུས་ནས་འཕོ་ཡི་གསུང་ཆོ། དཔུས་དོར་དུ་གསལ་ལམ་པ་  
 གྲུག་གིས་མཐོང་བ་དང་། ཐ་མས་ཀྱང་འཆའ་ཚོན་གྱི་གོང་བུར་མཐོང་བ་བྱུང་།

དེ་ནས་རྫོགས་མི་དུ་བརྒྱུས་པ་ན་སྐྱེ་གི་ནལ་རས་པ་ལྷ་ཁ་བྱེ་བ་ལྷ་བྱེ་མ་དང་ས་  
མེར་ཡལ་མེར་བ་དང་ལྷག་རོན་ཅུང་ཟད་འགྲུལ། སྐྱེ་གྲོངས་པ་དང་ལྷག་རོན་མོས་ལྷེ་  
ལྷག་ཞིང་ཡལ་ལྷམ་ལ་ལྷག་གི་རྩལ་དུ་བྱུག་ལྷག་དང་འཕྲུར་ནས་བརྒྱུད་བ་གསུམ་བྱས།  
དེ་ལོ་ལྷང་ན་ཡར་འཕྲུར་མོང་བས་བྱ་རྒྱུར་ཡོག་ཤོག་ཞིག་གསུངས་པས་རྒྱུར་བྱུང་སྟེ། ཡལ་  
ལྷམ་ལ་བརྒྱུད་བ་བྱས་ནས་ཡལ་གི་རྒྱ་པར་དུ་བྱུང་བས་ལྷག་གིས་བྱེ་བྱེ་ལ་མར་དེ་ཅིང་།  
རྒྱ་བྱུང་གཅོད་པ་འཛོགས་ཏུ་བཞུགས་སུ་བརྒྱུག། དེ་འི་རྒྱ་འདྲ་ལ་མར་བ་བྱ་རྒྱུར་མར་གསལ་

པ་ཡིན་ནོ། །དེར་བདག་མེད་མ་འོསྟོལ་ལ་བྱ་ཕྱག་རོན་ལ་རེ་བའི་དུས་བྱུང་མཆོད་ཁང་དུ་  
གདན་དྲོངས་མཆོད་པ་ཕྱལ་དུང་འགྲོ་དགའ་བའི་ཟས་ཁྲོམ་གསུང་།

དེ་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་སྐྱུ་སེར་གྱི་འདུས་པ་ཆེན་པོ་ལ་གཤེགས་རྫོངས་གྱི་སྟོན་མོ་  
ཡང་མཛད། སུར་ཁང་སྟོ་བཞི་པ་གཅིག་བཅིགས་སྟེ་ཡབ་དང་བྱ་ཆེན་མོ་སོས་ཕྱོགས་བཞི་  
ནས་མེ་མཆོད་མཛད་པས་ཕྱོགས་མཚམས་ནས་འཇའ་འོད་མི་འདྲ་བ་རྣམས་བརྒྱད་ཟུག་ །མེ་  
ཏོག་གི་ཆར་བབུང་དུ་རུང་བ་བྱུང་། སུམ་ཕྱགས་ཁྲལ་ཆེན་པོས། སུར་ཁང་གི་ཕྱོགས་སོ་  
སོ་ནས།

ངའི་བྱ་གཅིས་པར་བསྐྱུངས་པའི་མདོ་རྗེ་འཕུམ།།

དཔལ་བའི་དཀྱིལ་གྱི་མིག་དང་འདྲ།།

མདོ་རྗེ་མི་བཞུགས་དགྲུང་ལ་གཤེགས།།

ལམ་འོད་གསལ་གྱི་ངང་ལ་ཡལ་ནས་ཐལ།།

དུས་དེ་རིང་ནས་དཔལ་བའི་མིག་དང་ཐལ།།

ཆུན་མོ་མིག་མེད་མ་ངམ་ནང་འདི་རུ་འཕྱོང་།།

དེ་བཞིན་དུ། བྱང་ཁོག་ནང་གི་སྟིང་དང་འདྲ། །སོགས་དང་།

ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་འདྲ། །སོགས་དང་།

པ་སྐྱེ་མ་གཅིག་ལས་བཀའ་དྲིན་ཆེ།།

སེམས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་ཅིག་གསུངས།།

སྐྱེ་མ་སྟིང་ལ་འདོད་དོ་མདོ་རྗེ་འཕུམ།།

མ་ཆུན་མོ་ཕྱགས་ཕྱིར་མི་འབྲིད་པར།།

ཤུལ་དུ་འཛོག་པ་སྐྱུ་དྲིན་རྒྱུང་།།

གསུང་ཞིང་མེ་ལ་འཕྱོང་བྱ་བས་མཛད་པ་བབུང་། ཁྲོང་འཇུག་མཛད་པའི་ཕྱག་རོན་

དར་ལམ་ལ་གདན་དྲངས་ནས་བྱ་བུ་ཁང་ལ་སྒྲོར་བ་གྱིས་ཞིག་གསུངས་པས་བསྒྲོར་བ་  
མཛད། སྤྱི་མཆོད་པོས་ཀྱང་བྱགས་ཁྲལ་གྱི་རྣམ་པ་མཛད། གསོལ་འདེབས་དང་དྲུང་མའི་  
སྤྱི་མཆོད་པོ་བྱུང་ཞིང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཡེ་ཤེས་མེད་པས་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ཞུགས།

དེའི་ཆོས་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་གཉིས་ལ་བྱ་བའི་ཡོད་པ་གི་པའི་ཆོ། མི་ལམ་ན་བྱ་གཅིག་བྱུང་  
ནས་གི་ན་ཞུག་བསྐྱེད་འབྱུང་ལྟེ་མ་སྤྱོད་པ་ལ་གི་པའི་ཞུག་བསྐྱེད་བྱས་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་སྤྱི་  
ཡང་དེ་དང་ཁྱད་མེད། མི་ལམ་ཡིན། སྤྱི་མ་ཡིན། གསུངས་པ་དེ་གཉིས་བྱུང་ལྟེ། སྤྱི་མ་  
ལགས། བདག་གཉིས་ཀྱི་བྱ་གཅིག་པོ་གི་ཅ་ན་དེ་སྤྱི་གསུང་གི་གདའ་བ། སྤྱི་མ་ལ་ད་  
དྲུང་སྤྱི་གྲུག་ཅམ་གདའ་བས། སྤྱི་མ་མདོ་སྤྱི་གྲུངས་པ་ཡང་མི་ལམ་ལགས་མོད། སྤྱི་མ་  
ལགས་མོད། བྱགས་ཁྲལ་མི་མཛད་པར་ཞུ་བེར་བས། དས་ཁྱེད་གཉིས་ལ་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་  
ཆོས་བཤད་པ་ཡིན། ད་ལ་དཔོན་པོར་འཛིན་པའི་ཞུག་བསྐྱེད་མེད། ཁྱེད་གཉིས་ཀྱི་བྱས་  
དང་པོར་ལུས་ཀྱི་མདངས། རང་ཁའི་ཟས་སྤྱོད་ལ། བར་དུ་ཁང་གཞིས་དང་ཡོད་ཀྱི་  
འཕྲོག། མཐར་དཔོན་མོར་དུ་སྤྱི་བ་དང་པའི་བྱ་མི་འདྲ། པའི་བྱ་དེ་བཞུགས་ན་བོད་འདིར་  
མཐའ་དམག་མི་ལྷགས། ཆོས་པ་རྣམས་འཐབ་རྩེད་མི་འབྱུང་། འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་དང་  
བསྐྱར་བ་དར་ཞིང་ཀྱལ་ཁམས་བདེ་བ་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་མི་ཞོད་དང་སྤྱི་ཞོད་ཅིག་  
ཡོང་བ་ཡོད་ལྟེ་གསུང་།

སྤྱི་ཁང་ཞལ་བྱེ་བས་དབྱ་བོད་ལ་བདེ་མཆོག་ལྷ་ལྷ་རང་བྱུང་སྤྱི་གསུང་དོ་མཆར་གྱི་རྟེན་  
མང་དུ་བྱོན་ནོ། དེར་སྤྱི་མཆོད་པོས་བྱགས་ཆོས་ཉིད་ལ་བཞག་སྤྱི་མཆོད་པོ་སྤྱི་གསུང་  
ཡོད་གཟིགས། བོད་ལུལ་ན་གདུལ་བྱ་མི་འདུག་པར་མཁྱེན། ཀྱི་གར་གྱི་ལུལ་གི་གཞི་བྱེ་  
མའི་སྤྱི་མ་བྱམ་ཟེའི་ཁྱེད་སྤྱི་བ་བདུན་པ་གི་མ་ཐག་གི་རོ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་སྤྱི་བ་ལེན་པ་  
ལུས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་གཟིགས། སྤྱི་སྤྱོད་པ་དེ་ལྷན་གྱི་བྱག་སྤྱི་གསུང་ཅམ་མའི་གསལ་ཁང་ན་  
སྤྱི་བ་མཛད་པ་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཡོད་པར་གཟིགས། འཕྲོད་པོ་མཛད་པ་གདུལ་བྱའི་  
འབྲེལ་པ་ནི་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ལྷན་པར་གཟིགས་ནས། བདག་མེད་མ་དབྱ་རྩེ་ནས་

ཕྱག་རོན་གདན་ཏྲུངས་ཤོག་གསུང་ལྟེ། ཕྱག་རོན་དར་དཀར་གྱི་མདོ་ལི་ལ་བཞུགས།  
གདུགས་རྒྱལ་མཚན་སོགས་གྱིས་སྟོན་ཏྲུངས་པས་ན་མཁའ་ཐམས་ཅད་འཇའ་འོད་ཏྲུ་  
སོང་། ས་གཞི་ཀྱན་འོད་ཟེར་གྱི་དྲ་བར་སོང་། ས་གཞི་གཡོས།

དེ་ནས་སྐྱེ་མཁར་དགུ་ཐོག་གི་ཅེར་ཕྱག་རོན་ལ་ལུང་བསྟན་པ། དེགས་གྱི་བྱ་ཁྱོད་ལ་  
བོད་ན་གདུལ་བྱ་མི་འདུག་གོ། འདི་ནས་ཤར་ལྟོ་དྲང་བོར་བྱིན་པ་ན་གྲུའི་འགམ་བྱེ་མའི་  
སྟེང་ན་བུམ་ཟེ་སྟེ་བདུན་གྱི་རོ་གཅོང་མ་ཞིག་འདུག་པས་གྲོང་འཇུག་གྱིས། ལྟོ་ཕྱོགས་བདེ་  
ལུན་གྱི་ཕྱག་དྲ་སྒྲུབ་པ་གྱིས། ལུབ་ཕྱོགས་ཨོ་ཏུན་དུ་གདུལ་བྱ་ཡོད་པས་དེར་འགྲོ་དོན་  
གྱིས་ཅིག་པར་ལུང་བསྟན་ནས་བཏང་བས། མདའ་རྒྱང་གང་ཅམ་ནས་ལ་བ་ཡུམ་ལ་ཆགས་  
ནས་རྒྱུར་སྒྲོར་ཅམ་འཁོར་ནས་བྱོན་སོང་། ཅི་ཞིག་ན་སྤྱེ་མའི་ཞལ་ནས་བདག་མེད་མ་  
མཛོད་པ་ལ་ལུང་གོམས། བསྟོན་ཐམས་ཅད་གསོལ་བ་དྲག་དུ་ཐོབ་པའི་བུའི་ལམ་ནོར་རོ་  
གསུང་ནས་སྐྱེ་མཁར་གྱི་ཅེ་ནས་ན་ཟེའི་གཡལ་བ་མོ་མཛད་དེ། དཔལ་ན་རོ་བ་པའི་བུའི་ལམ་  
ནོར་རོ་དེག་པ་ཕྱག་ཞིག་ཞེས་འགྲུགས་འདྲེན་མཛད་པས། བྱི་དྲོ་ཅམ་ན་ཕྱག་རོན་དེ་ཐང་  
ཤིན་ཏུ་ཆད་པ་ཅིག་བྱས་ནས་ཕྱག་དང་སྒྲོར་བའི་རྒྱལ་མཛད་སྟེ་ཡབ་གྱི་སྐྱེ་བུང་གི་ཁར་  
བཞུགས། དེར་སྤྱེ་ལ་ལམ་གོང་མ་སྟོན་པའི་བྱིར་དུ་བདེ་མཚོག་ལྟ་དྲུག་བཅུ་ཅ་གཉིས་  
པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཞལ་བྱེ་སྟེ་ཕྱག་རོན་གྱི་མགུལ་ལ་གསུངས་ཐག་བཏགས་ནས་ཞག་  
བདུན་དུ་ཡི་གེ་བདུན་པའི་བསྟེན་སྒྲུབ་དང་དབང་བསྐྱར་མཛད། ཕྱག་རོན་ལ་ཞབས་ཏོག་  
ལེགས་པར་མཛད་སྟེ་བྱ་ཁྱོད་གྱི་ཁ་སང་གི་ལམ་དེ་ནོར་བ་ཡིན་ནོ། །ཆགས་ན་ཡི་དམ་ལྟ་  
ལ་ཆགས་ན་འང་ལུང་བ་ཡིན་སྟེ་ཡབ་ཡུམ་ལ་མ་ཆགས་པར་དྲོ་བོ་ལུང་གི་རི་རྒྱད་འདི་  
གཡས་སུ་ཞོག་ལ་སོང་ཞིག་ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་བྱོན་པས་སྟོད་ཁེར་ཅམ་ན་རྒྱ་གར་  
གྱི་ས་ལ་ཟེན་པའི་མཚོ་འགམ་ཞིག་ཏུ་ཉའི་ཁོག་པ་ཞིག་དུ་གཟིམས། བང་པར་བྱོན་པས་རི་  
ལྟར་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་བུམ་ཟེའི་ཁྱེའུའི་རོ་འདུག་པ་ལ་ཞུགས། ཕྱག་རོན་སྟེག་ཆོག་  
བས། རོ་གོས་གྱི་རས་ཡུག་གསོལ་ནས་གྲོང་དུ་བྱོན་པས་སྤར་གྱི་ཅེད་གོགས་ནམས་དགའ་

ཞིང་མཉུན་དུ་བྱུང་། ཁྱེའི་ཡ་མ་མུ་ངན་གྱིས་ནོན་པ་ཡང་སངས། འོན་ཀྱང་སྤྲུལ་མ་མ་  
ཡིན་པར་ཤེས་ནས་དེས་ནས་ངོ་མཚར་དུ་བྱས། བདེ་ལྷན་དུ་གྲུབ་པ་བརྟེན་མྱོ་ཏི་མུ་རོ་  
ལངས་ཅེས་བྱ་བ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་དཔོན་མཛད་ཅིང་ད་ལྟ་ཨོ་ཏུན་ན་བཞུགས་སྐད།

སྦྱིར་གྲོང་འཇུག་བྱས་པ་ལ་ལུས་རྟེན་སེམས་རྟེན་གཉི་གའི་སྦྱོན་ཡོན་སྦྲར་ཡོད་རྣམས་  
འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །**ནཱ་ཐར་ཕྱི་མ་**ཞིག་ན་སྤྱིར་གྲོང་འཇུག་མཛད་པ་འདི་དང་། ཏི་མུ་རི་  
མེད་བཤེས་གཉེན་གཅིག་པར་བྱས་སྐད་ཡང་། དེ་ནི་ཡིག་མཁན་གྱི་རིགས་ག་ལ་རྩ་རའི་  
སྤྱི་ཡིན་ཞིང་། ཡབ་སྤྱི་ལྷན་ཅིག་ན་རོ་པ་ལ་དབང་ཞུས་ཆོ་སྤྱི་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ཙམ་  
དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་བབས། ཏི་ལོས་དེའི་སྦྱི་བོར་བྱག་འཛོག་པ་བྱུང་བས་ན་རོ་པ་མཉེས་སྟེ་ཁྱོད་  
ཏི་ལོའི་བྱུང་འཇུག་ཞེས་གསུངས་པར་རས་རྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར་སྤྲུལ་མ་གྱུན་ལས་བཤད་ཅིང་།  
ཏི་མུ་ཞེས་སམ་ཏི་ལོ་བྱུང་ཅེས་སྤྱི་ཏར་བྱས་ན་ཏི་མུ་ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་ན་རོ་མེ་ཏི་གཉི་  
གའི་རྒྱ་གར་ན་ཚོས་གྱི་བདག་པོ་ཡིན་ནོ།།

འདི་ལའང་**མེ་སྦྱོན་གྱིས་**སྤུལ་བའི་རྟ་སྤྱིར་བཞི་བདེ་འཁོར་ལ་ཆེབས་ནས་ཕྱོན་པས་སྦྱ་  
ལྷུང་ཟེར་བ་དང་། གཞན་ཁ་ཅིག་ཡང་སྦྱང་། སྦྱིར་གྲོང་འཇུག་གནང་ནས་ཅལ་སྦྱང་དུས་  
སྤྱི་རོན་གྱི་རོ་ལ་ཞུགས་པ་ཁོ་ལ་མོ་ཞིག་གིས་སྦོ་དག་དབ་བྱས་པས་སྤྱི་རོན་ཕྱོན་  
ནས་འགྲུགས་དགོས་བྱུང་བ་འདི་བར་ཆད་གྱི་སྦྱ་མར་སྦྱང་།

ཡང་རྩ་ལོ་རྩོམ་གསལ་གྱིས་གལ་དཔེ་ཞིག་ལ་ཐེབས་པ་མ་བཟོད་པར་སྦྱོན་སྟེག་བྱས་  
པས་དབྱེས་རྟོར་དུ་བྱུང་བ་བསྟེགས་ཀྱང་ཟེར། སྦྱིར་སྤྱིར་དེ་ཞབས་བརྟན་ན་དེའི་གདུང་  
རྒྱུད་གྱིས་བོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་བྱེད་པས་རྟོར་སོགས་མཐའ་དམག་མི་འཇུག་ཞིང་། བོད་གྱི་  
བདག་པོའང་ས་རྟོར་འབྲི་ཆལ་རྒྱངས་ལྟ་གཟིགས་སོགས་ཡང་ཡང་མི་འཕོ་བར་བརྟན་པ་  
དང་། སར་རྟིང་བཀའ་བྲག་ས་འབྲི་སོགས་ཚོས་པའི་འཐབ་རྩེད་རྣམས་མི་འབྱུང་བ་དང་།  
ཁྱེད་པར་གྲོང་འཇུག་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པ་རྒྱ་གར་ན་ལྟོ་པ་གྲོང་འཇུག་ལན་ལྟ་  
བརྒྱུད་པའི་ཕྱི་མ་ལ་བོད་ཏུ་ཕྱོན་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་མང་དུ་འབྱུང་བར་སྦྱང་ཡང་། བོད་

ཡུལ་བ་ནམས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྐལ་བ་དང་མ་ལུན་པར་སྤང་།

རྟེན་འབྲེལ་འདི་མ་འགྲིག་པས་ཐོད་ཏུ་གྱོང་འཇུག་ཅུས་པ་མང་དུ་བྱུང་ཡང་དངོས་སུ་  
གྱོང་འཇུག་བྱས་པ་མ་བྱུང་སྟེ། རྗེ་སྐམ་པོ་པའི་སློབ་མ་གྱོང་འཇུག་ཅུས་པ་ནུལ་འབྱོར་ཆོས་  
གཡུང་ཡིན་ཞེས་འོལ་ཀ་ཆོས་གཡུང་གིས་ཅུས་པ་དང་། གྲོལ་སྟོམ་ཆོས་གཡུང་གིས། མེ་མོ་  
དོར་དཔལ་རྒྱ་ལོ་དང་ཅུས་པ་འགྲན་ཆོང་དཔའི་རོལ་ཞུགས་ནས་མཆོ་མཐའ་ལན་གསུམ་  
དུ་བསྟོར། ཁོང་གི་མདུན་དུ་སྒྲོན་མང་དུ་བཏོན་པ་དང་། བྱུང་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱིས་རང་གི་  
གཏུང་ལ་འཇུག་ཏུ་བྱོན་པས་བཞུ་ཞིང་འདུག །སྟོད་ལུང་འཕར་ཆར་དུ་ཆུན་ཆོན་གྱི་བྱིས་  
པའི་རོལ་ཞུགས་པས་མིག་ཁབ་བྱིས་བཙཐངས་ནས་ཐོན་པ་དང་། ཡང་དགོན་པས་ལྷག་  
གྲའི་རོ་སོགས་འགྲུལ་ཅུས་པ་ལ་སྤྱང་མའི་རོལ་མ་ཅུས་པ་དེ་སྐམས་པས་ལན་པར་བཤད་  
པ་དང་། བྱིས་སངས་རྒྱས་མཉན་པས་ཀྱང་ཐོད་པ་ལ་སྤྱངས་ཆོ་ཐོད་པ་དྲོ་བ་དང་འཆག་པ་  
སོགས་བྱུང་བར་སྤང་བས་ཅུས་པ་ནི་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཡོད་དོ།

འབྲོག་མི་ལོ་རྩ་བ་གྱོང་འཇུག་བྱུང་བ་ཡིན་སྟེ། འགྲོངས་ཀར་སྐམ་དང་ཡུམ་ལ་འདི་རོ་  
འདི་ལ་ཞག་བདུན་དུ་མ་རེག་པར་ཞོག་གསུང་ཡང་བདུན་པ་ལ་མེས་སྤྱངས། དེ་ཙམ་ན་  
དྲོད་མ་ཡལ་བར་འདུག་པས་མ་བསྐྱེགས་ན་སྤྱར་འཇུག་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ཞིང་། གྱོང་འཇུག་  
མཐར་ཐུན་འབྲོག་མི་ལོ་རྩ་བ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི་གྱོང་འཇུག་གི་ཆོག་ལ་དགའ་ཆོར་ཙམ་མ་  
གཏོགས་རང་བཞིན་མ་འཆལ་བ་ཡིན་སྟེ། གྱོང་འཇུག་ནི་སྤྱི་མའི་རྣམ་ཤེས་ཐོན་པའི་རོ་  
གྲང་མོ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པའི་རྒྱང་སེམས་ལས་རུང་འཇུག་པ་ཡིན་གྱི། དྲོད་མ་ཡལ་ན་འབྱུང་  
བ་མེ་མ་ཐིམ་པས་རྣམ་ཤེས་མ་ཐོན་པར་ཟད་མོད། འདི་ལྟ་བུ་ལས་སོས་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
མཐུས་ཡིན་ན་ལྷུ་བ་སྤྱུས་བསྐྱུལ་བྱིས་བཞེངས་པ་དང་། ལས་དབང་གིས་ཡིན་ན་གི་ལོག་  
བྱུང་བ་སྤྲོན་བྱའི་མདོར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ།

དེ་ནས་སྤྱོད་མཐའ་དག་ཡང་འཛིན་ཆོ་སྐམ་གྱི་དུས་མཆོད་ཀྱི་ཆོགས་གལ་དུ།  
འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་འདི་ཀ་ཡིན། ལྷ་མའི་ལུང་བསྟན་དང་ཡང་མཐུན་པར་བྱང་།

སྤྱ་ལའང་མི་ཐལ་ཞིང་ཆོས་འཕྲུང་བ་ལའང་གཞོད་པ་ཆལ་ཆོལ་གཉིས་ཀྱི་རྩ་ཁྲུ་ལོན་པ་སྤྱུ་  
ད་སེམས་ཁྲུ་མ་ཁྲུ་ཅིག་གསུང་ནས། ལྷ་པོ་སངས་པའི་མཁུར། གསུངས་པ།

རྩི་བླ་མ་རྒྱལ་ལ་ཕྱག་འཛུགས།  
 ཆོས་བཤད་ཅིང་གོ་བའི་ཤེས་རབས།  
 བདག་མེད་མ་ལ་གྲོས་ཅིག་འདེབས།  
 ཐམས་ཅད་མ་ལ་ཐེ་རྒྱུ་བ་ཞེན།  
 དེས་ཤེས་སྐྱེད་ལ་མུ་རྒྱུ་ཐོབས།

ཐུག་ཅིང་པར་བསྐྱངས་པའི་མདོ་ཞེ་འབུམ།  
འོད་གསལ་གྱི་དབྱིངས་སུ་གསལ་བ་དེ།  
རྗེ་དང་བཀའ་བློན་མཉམ་པར་བྱང་།  
དྲན་འདུན་སྐྱུ་མའི་གསལ་ཐེབས་ཕྱིར།  
སྤྱང་ན་ལ་བྱ་ལུལ་མི་འདུག་ཞིང་།  
སེམས་ཅན་ལ་ཉེ་རིང་མི་འདུག་པས།  
འགོ་ཀུན་བཅེ་བས་སྤྱོད་ཅིག་བདག་མེད་མ།  
ཐུག་སྤྱང་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

གསེར་ལས་བཞེངས་པའི་མདོ་མང་སྟགས།  
 སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་མཆོད་རྣམས།  
 སུ་མདོ་སྟེའི་དོན་དུ་བཞེངས་ལགས་གྲང་།  
 མདོ་སྟེའོད་གསལ་གྱི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས།  
 རྟེན་བདག་མེད་རྣམས་འཛའ་ཆོན་འདྲ།



སྤང་ཞིང་སྤྱོད་པར་རྟོགས་པ་དེས།  
 ཞབས་རྟོག་ལ་བྱ་ཡུལ་མ་རྟེན་རུང་།  
 ཀུན་གྱི་མཆོད་གནས་ཞུས་ཤིག་བདག་མེད་མ།  
 བུ་ཡི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ་དང་།  
 ཐུགས་བརྩུད་བསྐྱེད་པའི་མན་ངག་གནད།  
 ཟབ་གྲ་འདུས་པའི་སྤྱིང་པོ་དང་།  
 སྤྱ་ཐང་ལྷོག་སྒྲིད་གྱི་ལོ་ལྟ་རྣམས།  
 བུ་མདོ་ཐེའི་དོན་དུ་བསྐྱབས་ལགས་གྱང་།  
 མདོ་ཐེའི་དོན་གསལ་གྱི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས།  
 ཆོས་བདག་མེད་གཏེར་གྱི་ཁ་བྱང་འདྲ།  
 ཆོས་མཉམ་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་དེས།  
 ཀུན་ལ་སྤྱོད་པོ་བདག་མེད་མ།  
 བུ་ཡི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

མེད་སྤྱིས་བསགས་པའི་ཟས་ཅོར་དང་།  
 གྲ་བས་ཡུལ་བའི་གནག་ལུག་རྣམས།  
 བུ་མདོ་ཐེའི་དོན་དུ་དཔེལ་ལགས་གྱང་།  
 མདོ་ཐེའི་དོན་གསལ་གྱི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས།  
 ཅོར་བདག་མེད་ས་འོག་གི་གཏེར་དང་འདྲ།  
 ཐུགས་བདག་མེད་སྤང་ཁའི་རི་དྲགས་འདྲ།  
 ཅོར་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོར་རྟོགས་པ་དེས།

འཛོལ་ལྷོད་དོན་མི་འདུག་པས།  
 ཀུན་སྦྱོན་པར་ཐོང་ཞིག་བདག་མེད་མ།  
 སུ་ཡི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

པ་ཡུལ་སྤེལ་མར་གྱི་མཁར་ཞིང་དང་།  
 མི་ལས་བརྟེན་པའི་ས་མཁར་རྣམས།  
 སུ་མདོ་མེད་དོན་དུ་བཞུགས་ལགས་གྱང་།

མདོ་སྤེལ་མཁར་བདག་མེད་ཀྱི་ཟའི་གྲོང་ཁྱེར་འདྲ།  
 ཡུལ་སྤངས་སྤོང་སྤྱོད་མར་རྟོགས་པ་དེས།  
 འཛོན་སྦྱས་ལ་བྱེད་དོན་མི་འདུག་པས།  
 མཁར་གྱི་འཛོན་སྦྱས་པོར་ཅིག་བདག་མེད་མ།  
 སུ་ཡི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

པ་དཔུན་མར་ཆོད་དོ་འཛོན་དང་།  
 དག་ཟུན་སྤྱོད་པོ་བྱུང་སྦྱར་སོགས།  
 སུ་མདོ་མེད་དོན་དུ་བཞུགས་ལགས་གྱང་།  
 མདོ་སྤེལ་ལོད་གསལ་གྱི་དབྱིངས་སྒྲགས་གཤམས།  
 རྣང་བ་སེམས་སུ་རྟོགས་པ་དེས།  
 དག་གཉེན་ལ་ཁྱད་པར་མི་འདུག་པས།  
 ཐམས་ཅད་ཆོས་སྐྱར་སྦྱོམས་ཅིག་བདག་མེད་མ།  
 སུ་ཡི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

སྦྱིར་འདུས་བྱས་ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལ།

མཐར་ཐུག་རྟག་པ་ཀྱན་ལ་མེད།  
 དགོས་འོ་སྒོལ་དང་དར་མ་མདོ་ལྗེ།  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་རྫོགས་ནས་ཐལ།  
 བྱ་ཐབས་མེད་པའི་ལས་སྐལ་ལ།  
 བྱ་ངན་མ་བྱེད་བདག་མེད་མ།  
 བྱ་ལི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

རང་ལ་བྱ་རྒྱ་ཆོས་ལས་མེད།  
 བརྟེ་བས་དབུལ་ཐོངས་ཀྱི་འགོ་བ་དང་།  
 བྱུལ་ན་ལུས་པའི་བྱ་བྱག་ལ།  
 བསྟན་འཛིན་གྱི་རེ་བཞིན་མ་མཆིས་སྟེ།  
 མདོ་ལྗེ་བཞིན་དུ་བརྟེ་བས་སྒྲོངས།  
 བྱ་ལི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

པཎ་ཆེན་ན་རོའི་ལུང་བསྟན་ལྟར།  
 ཁོ་བོའི་བྱ་སྒྲོབ་རྒྱུད་བཅས་ནམས།  
 ལྷ་བ་ཡར་གྱི་ངོ་བཞིན་དུ།  
 གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་རྒྱས་པས།  
 བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་འབྱུང་།  
 བསྟན་དང་འགོ་བའི་དོན་ཆེན་གྲུབ།  
 ཉམས་དགའ་ཡོ་སྦྱིད་ཏོ་བདག་མེད་མ།  
 བྱ་ལི་བྱ་ངན་སངས་སོ་བདག་མེད་མ།

ཞེས་གསུངས། འདི་ལའང་ཐུག་ཐོན་ལ་ཞལ་བཀོས་མཛད་ནས་གཏོང་བའི་དུས་ལུས་

གྲིས་ཐུགས་ཁུལ་ཅི་ཡང་མཛད་པས། ཐུག་ཚེན་ཐུག་གཡོན་དུ་བསྐྱམས་ནས་གར་དང་  
བཅས་མྱེ་གསུངས་ཅེས་རྟིང་བ་དུ་མ་ན་སྒྲང་།

ཡང་རྩོམ་དང་མི་ལ་ལ་གསུངས་པ། མདོ་སྡེ་ལ་བསྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚོགས་རྩོ  
གས། རྩོ་ཤས་དང་རྩུ་ལུས་ལ་བོགས་བོན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྩེ་དང་ཐིན་ལས་བསམ་  
གྲིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡིན་གྱིས་སམ། ཁོ་བོ་དང་ཁོ་བོའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཐོས་པ་ཐམས་ཅད་ངན་སོང་  
དུ་མི་འགོ། ལམ་སྤྱི་ཟིན་གཏན་གྱི་སོ་ནམ་ཚར་བ་ཡིན་གསུང་།

ཡང་ཡུམ་ལ་ད་ལོ་སྐྱོལ་གཉིས་ཀྱང་ཡུན་རིང་པོ་མི་རྒྱུད། མིའི་སྒྲུང་བ་བརྒྱལ་ཟིན་  
གསུང་། རྩོམ་དང་རྩོམ་འདི་རྣམས་ཀྱང་ཐུག །སེམས་ཅན་ཡང་སྟིང་རྩེ་བས་ཡུན་རིང་དུ་  
བཞུགས་པར་ཁུ་ཁུས་པས། བར་དོའི་རྣམ་པར་གྱིས་པ་རང་རང་གི་ལས་ལ་སྦྱོད་པ་ལ་ངས་  
སྦྱིད་པར་བུ་མི་རྣམས་ཁྱོད་རང་ཕྱིར་སོང་གསུང་།

མེ་སྟོན་གྲིས་ཞིང་ཞོ་གཅིག་གིས་ལྷང་ཅེས་བཀའ་སྟེ་འཇུག་པ་གསུམ་པ་བཀྲིས་ནས་  
མགུར་ཁུས་པ་ན། ཁྱོད་གྲིས་ཀྱང་སྟོད་ལྡན་ལ་བཀའ་ཁོངས་སུ་སྟོན་ཞིག་ཞེས་གསུངས་པ།

རྩོམ་དང་མི་སྦྱོད་ཐ་དད་མེད།།

སྦྱི་གཙུག་རྒྱན་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ།།

དུས་དེ་རིང་རྒྱུད་བཤད་ཚོགས་གལ་དུ།།

ང་མར་སྟོན་ཆོས་ཀྱི་བློ་བྱོས་འདི།།

དགོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལེན།།

ཡུལ་ན་བས་ཐོས་པའི་གཙང་དུ་ཕྱིན།།

དཔལ་ལྷན་གྱི་ལུང་གི་དགོན་པ་དམ།།

གསང་སྐྱགས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ལ།།

སེམས་ཡི་དུགས་བྱེད་ཅིང་ལོ་གསུམ་བསྟན།།

ལར་མི་ཆེ་སྤྱོད་སྤྱེལ་བྱས་པ་འདྲ།  
 ལྷོ་བལ་ཕྱོགས་སུ་འགོ་བར་བསམས།  
 ཆོས་སྒྲོམ་རྩལ་དགོན་པའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས།  
 ལན་ཅིག་ཤེས་པའི་དུས་བྱུང་ན།  
 འདོད་པའི་མི་ལ་སྤྱིན་དགོས་བསམ།

ཆོས་དཀའ་ལ་སྤྱག་དང་དོ་བདོས་པའི།  
 ཟབ་མོའི་གདམས་ངག་རྒྱབ་པར་འཕངས།  
 མེས་སྤྱོན་དང་རྩོག་སྤྱོན་མ་གཏོགས་པ།  
 ཁོང་གཞན་ལ་གཞུང་བཤད་བྱས་པ་མེད།  
 ཆོས་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཤོད་ཅིག་བྱས།

ནོར་འབྲལ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲོབ་མས་ཀྱང་།  
 སྤྲ་མ་ལ་བཀའ་རྒྱ་བཏབ་པ་མེད།  
 ནོར་ཅི་ཡང་མེད་པའི་མཐུ་ཆེན་དང་།  
 ཞབས་ཏོག་ཅན་གྱི་རྩོག་སྤྱོན་ལ།  
 གདམས་ངག་ལ་དམ་ལྷོད་མ་བྱས་པས།  
 དམ་ཆོས་རྩལ་བཞེན་སྤྱབ་པ་གྱིས།

མི་ང་ཡིས་དཀའ་ལས་འདི་ཙམ་བྱས།  
 ནོར་རྒྱུད་ཟོས་ཅན་དུ་མ་སོང་བ།  
 ལག་དུ་གསེར་སྒང་བརྒྱད་ཅུ་ཁྱེད།  
 རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མཆོད་པ་ལུ།

བླ་མ་རྣམས་ལ་འབུལ་བ་བཀྲིས།  
 གནས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་ཆོགས་གཏོར་བྱས།  
 ལུ་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱས་པའི་ཞབས་ཏྲག་ལ།  
 དྲིན་ལན་དམ་ཆོས་དཔག་མེད་སྒྲིན།  
 ཆོས་ཀྱི་ཞོ་ག་ཉམས་སུ་ལོང་།  
 འགོ་བ་གཞན་ལ་ཅི་ཡན་མཛོད། །ཅིས་དང་།  
 རྩེ་བདེ་བའི་དབང་ལྷག་འགོ་བའི་མགོན།  
 སྐུ་ལ་སྐྱུ་བྱང་འཇུག་ཏེ་རུ་ཀ།  
 གར་དགའའི་ཉམས་ལྡན་བདེ་སྟོང་དང་།  
 ཞལ་སྒྲོར་ལྷན་ཅིག་སྒྲིས་ལ་འདུད།  
 བད་མཐོང་ཙམ་གྱིས་དོན་རྟོགས་ཅིང་།  
 ཟུར་གྱིས་གོ་བའི་གང་ཟག་ལ།  
 ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་བར་འགྱུར།  
 བ་སྟང་ཆོག་གིས་མི་མཆོན་པ།  
 ཟག་མེད་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གཏོར།  
 སྟོད་པ་བདེ་བའི་སྐྱད་ཅིག་ལ།  
 སྐྱག་བཟུལ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུར།  
 ཟག་བཅས་ཡིད་འདི་མི་ཆེས་པས།  
 བདེ་སྟོང་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་རྒྱན།  
 རྟོག་པ་བྲལ་བའི་སེམས་ལ་བཞག།

སངས་རྒྱས་ལྟ་བུའི་བླ་མ་གསུང་།

ཡང་རྒྱད་པ་གཞན་ནས་འདི་རྒྱད་གསུང་།

མཚན་ཉིད་ལྡན་པའི་རིག་མ་ལ།

རྒྱ་ཅལ་གོམས་པར་གྱུར་པ་ཡིས།

སྒྲིམ་བྱ་བྱ་ལ་མདའ་ཅི་བཞིན།

གོམས་པ་རྒྱད་ལ་རྟག་བརྟེན་ན།

ཇི་ལྟར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་འབྱུང་།

གཤོད་ནས་དག་པའི་སེམས་རྒྱད་འདི།

སྒོ་བྱར་རྒྱེན་གྱིས་མ་བསྐྱེད་ན།

ན་མཁའ་བཞིན་དུ་འདུས་མ་བྱས།

ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་གནས་ལྷགས་ཡིན།

ཡིད་ལ་བྱ་རྒྱ་རྒྱལ་དང་བྱལ།

བཟུང་དུ་རྒྱལ་ཅམ་མི་དམིགས་གྱུར་།

མན་ངག་རྒྱད་ལ་གོམས་པ་ཡིས།

ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་གཏོང་བའི་ཆོ།

ཡ་རོལ་ཕྱིན་པའི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ།

དེ་ལ་སྒྲོ་བ་ཡོད་མ་ཡིན།

ན་མཁའ་ལྟ་བུའི་རང་སེམས་དེ།

ན་བུན་ལྟ་བུས་མ་སྤྲད་ཅིག།

རྩེ་ན་རོ་བཏ་ཆེན་འདི་རྒྱད་གསུང་།

ཆོས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ།

གཉུག་སྒྲོང་བཅུག་པའི་སྐུ་ལ་བཞིན་དུ།

ཚུལ་བ་བྱལ་བའི་ལུས་མི་འགྱུ་ལ།

ཡིད་ལ་ཆགས་པའི་བྱ་ངན་རྣམས།

གནད་ལ་ཐོག་པའི་བྱག་རྩ་ལྟར།

བྱ་བ་བཏང་བའི་སེམས་མི་ཡོངས།

སེམས་གཉུག་མའི་རང་བཞིན་གདོད་ནས་སྒྲོང་།

ཐོ་བས་དངོས་པོ་འཛོམས་པ་བཞིན།

མཐོང་དང་རེག་དང་དུན་པས་གྲོལ།

དོན་འདི་ལགས་པར་གོ་བར་མཛོད།

འདི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒྲོམ་དབྱངས་ཡིན།

དམ་ཆོས་གཞན་ལ་ཕན་གྱུར་ན།

གི་སྤར་མ་སྤམ་མེ་སྟོན་པ།

རྒྱལ་བར་ལྟན་པའི་གང་ཟག་ལ།

སྤར་བར་མི་བྱ་མན་ངག་སྤྱིན།

ཞེས་གསུངས། དེའི་ཆོ་བ་མ་ཆེན་པོས་ཆོས་དང་གདམས་ངག་གི་དགོར་མཛོད་ཐམས་ཅད་ཕྱི་ཉིན་གསུང་ཞིང་མཆན་སྒྲོམ་པས་ཕྱི་གཅིག་དུ་དུས་འདུག་ཆོ། བདག་མེད་མའི་ཟབ་དབང་ཞིག་མཛད་པའི་ཐོ་རེངས་རྟེན་འབྲེལ་བརྟག་པར་དགོངས་ནས་འོད་གསལ་གྱི་ངང་ནས་བསྐྱོད་རྣམས་ལ་གཟིགས་པས། རྟོག་དབྱིས་དོར་གྱི་རྒྱུད་འབྲེལ་བཤད། མཚུར་སྟོན་འཕོ་བ་སྟོང་། མེས་སྟོན་འོད་གསལ་འཛིན། མི་ལ་གཏུམ་མོ་སྒྲོམ་པ་གཟིགས་པས། རྟོག་པ་ལ་རྒྱུད་ཆོགས་བཤད་དང་། སྟོབ་བཤད་གྱི་རིམ་པ་ཕྱི་ཉིན་ལྟར་ལ་



བརྒྱུས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཅན་ཅོའི་རྒྱན་བྱུག། བྱུགས་དམ་པ་དྲུ་རྩ་ག། དག་དང་གཟར་བྱུགས།  
 རྒྱད་འགྲེལ་གྱི་བྱུག་དཔེ་རྣམས་གནང་། བཤད་རྒྱད་ཚུ་པོ་ལྟ་བུ་འདི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཟུང་ཞིག་  
 གསུང་། མཚུར་རྟོན་དབང་གི་དོ་རྩེ་ལ་འཕོ་བའི་མན་ངག་དང་། ཅན་ཅོའི་དབུ་ལོ། བྱུག་  
 སེན། བདུད་ཚི་རིལ་བ། རིགས་ལྡེའི་དབུ་རྒྱན་རྣམས་གནང་། འཕོ་བ་རྒྱ་མཐོངས་ལ་བྱ་  
 འཕུར་བ་ལྟ་བུས་གཞན་དོན་གྱིས་ཅིག་གསུང་། གཙང་རོང་གི་མེ་རྟོན་ཚོན་པོ་ལ་འོད་  
 གསལ་གྱི་མན་ངག། ཅན་ཅོའི་དོ་རྩེ་དེའི་ལ་བ། ཏ་མ་བྲ། ཀ་བྲ་ལ་རྣམས་གནང་། འོད་གསལ་  
 སྤྱན་ནང་དུ་མར་མེ་སྤར་བ་འདྲ་བ་འདི་ཟུང་ཞིག་གསུང་། རྩེ་མི་ལ་ལ་གཏུམ་མོ་ཨ་ཐུང་གི་  
 མན་ངག་དང་། མི་ཉི་པའི་དབུ་ལ། ཅན་ཅོའི་ན་ཟ་རྣམས་གནང་། གནས་རི་ཁྱོད་འགྲིམས་ལ་  
 ལྟ་སྒྲོམ་ཉམས་སུ་ལོང་ཞིག་གསུང་། གཞན་ཡང་སློབ་མ་མཆོག་ཀྱན་ལ་གདམས་ངག་དང་།  
 དེ་ཅི་ལྟ་བུས་ཀྱི་རྟོན་སོ་སོར་གནང་བས་བྱུགས་ཚིམ་བར་ལྟུང་ཏོ།།

# (གཉིས་པ་བསྟན་པ་ལ་དར་རྒྱས་འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་ནས་ གདམས་ངག་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྟེན་ཞལ་གདམས་དང་ བཅས་པ་གནང་རྒྱལ་ནི།)

དེའི་ཆེ་ལྷན་གྱི་དུས་མཆོད་ཅིག་གི་གལ་དུ་བྱ་ཆེན་ནུས་ཀྱིས་ཞུས་པ། ལྷན་དེ་ལྟ་བུ་  
ནི་བདག་ཅག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་མ་ཐུབ། ད་བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་རི་ལྟར་དར་ལུང་  
བསྟན་དུ་གསོལ་ཞུས་པས། ར་རོ་མི་ཉིད་ལྟ་རྒྱུད་འདི་མི་ལམ་སྒྲུ་ལུས་ལ་མངའ་བརྟེས་པ་  
ཡིན། དཔལ་ན་རོ་པའི་ལུང་བསྟན་བཟང་པོ་ཡང་ཡོད། ཁྱེད་ནུས་ཀྱིས་མི་ལམ་རྟོག་ཅིག་  
གསུང་ནས་སོ་སོས་བརྟགས་པ་ན་ཐམས་ཅད་ལ་བཟང་པོ་དུ་མ་བྱུང་ཞིང་། ཁྱེད་པར་རྗེ་མི་  
ལ་ལ་ལུང་བསྟན་ཀྱི་མི་ལམ་བྱུང་བ་ལུ་པ།

རྗེ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་བཀའ་བཞིན་དུ།  
མདང་སུམ་ཉལ་བའི་མི་ལམ་ན།  
བྱུང་རྒྱལ་གྱི་མའི་བྱུང་དུ་འབྱུང་།  
སྟན་དར་ཅིག་བདག་ལ་གསན་པར་ཞུ།

རིམ་གླིང་ཡངས་པའི་བྱུང་ཕྱོགས་འདིར།  
ལྟན་སྟག་གངས་རི་ཆགས་པ་བཞིས།  
གངས་རྩེ་མོ་དགུང་ལ་རེག་པ་བཞིས།  
ཅེ་ལ་ཉི་ཟླ་འཁོར་བ་བཞིས།  
འོད་ཀྱིས་ན་མཁའ་གང་བ་བཞིས།  
རྩ་བས་ས་གཞི་བྱུང་བ་བཞིས།

ཕྱོགས་བཞིར་རྒྱ་རྒྱན་འབབ་པ་བཞིས།  
 རྒྱ་དེས་འགྲོ་ཀྱན་ཆོམ་པ་བཞིས།  
 རྒྱ་རྒྱ་མཆོར་འབབ་པ་བཞིས།  
 མེ་ཉོག་རྒྱ་ཆོགས་བཀྲ་བ་བཞིས།  
 རྒྱར་གྱིས་མི་ལམ་དེ་ལྟར་བཞིས།  
 བྲ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པ་ལགས།

མོས་རྒྱན་རྒྱག་གངས་རི་མཐོན་པོ་དེའི།  
 གར་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་བཞིས།  
 ཀ་ཐོག་དུ་སང་ཆེན་འགྱུར་བ་བཞིས།  
 སང་གཡུ་རལ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་བཞིས།  
 རྒྱར་བཞི་གངས་ལ་དབྱད་པ་བཞིས།  
 རྒྱན་མིག་གྱེན་དུ་གཟིགས་པ་བཞིས།  
 སང་གངས་དཀར་གྱི་ལྷོངས་སུ་འཕྱོ་བ་བཞིས།  
 བྲ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པ་ལགས།

ལྷོ་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་བཞིས།  
 ཀ་ཐོག་དུ་རྒྱག་མོ་ངར་བ་བཞིས།  
 རྒྱག་གྲ་འཇུམ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་བཞིས།  
 ཁོང་འཇུམ་ལན་གསུམ་བྱས་པ་བཞིས།  
 རྒྱར་བཞི་ནགས་ལ་དབྱད་པ་བཞིས།  
 རྒྱན་མིག་གྱེན་དུ་གཟིགས་པ་བཞིས།  
 རྒྱག་ནགས་ཀྱི་གསེབ་དུ་འཕྱོ་བ་བཞིས།

ནགས་ཐང་གིང་བརྒྱད་ཏུ་འབྲེལ་བ་བཅིས།  
 སྒྲ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ཁྱེས་པ་ལགས།

ལུ་བ་ཏུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་བཅིས།  
 ཀ་ཐོག་དུ་ཁྱེད་ཆེན་ལྷིང་བ་བཅིས།  
 ཁྱེད་གསོག་རྩོམ་ཐང་ནས་རྒྱས་པ་བཅིས།  
 ཁྱེད་རྩ་གནམ་དུ་གཟིགས་པ་བཅིས།  
 རྒྱན་མིག་ཕྱེན་དུ་གཟིགས་པ་བཅིས།  
 ཁྱེད་ན་མཐའི་མཐོངས་ལ་འཕྱར་བ་བཅིས།  
 སྒྲ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ཁྱེས་པ་ལགས།

བྱང་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་བཅིས།  
 ཀ་ཐོག་དུ་ཁྱོད་པོ་ལྷིང་བ་བཅིས།  
 ཁྱོད་ཅེ་རྩོམ་ཐང་ནས་རྒྱས་པ་བཅིས།  
 ཁྱོད་ཆང་བྲག་ལ་བཅས་པ་བཅིས།  
 ཁྱོད་དེ་ལ་བྱ་ཅིག་བྱང་བ་བཅིས།  
 བྱ་བན་གྱིས་ན་མཐའ་གང་བ་བཅིས།  
 རྒྱན་མིག་ཕྱེན་དུ་གཟིགས་པ་བཅིས།  
 ཁྱོད་ན་མཐའི་མཐོངས་ལ་འཕྱར་བ་བཅིས།  
 སྒྲ་མ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ་ཁྱེས་པ་ལགས།

དེ་ལྟར་བཅིས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས།  
 བཟང་པོའི་དག་ལྟས་ཡིན་ནམ་སྟམ།

བདག་ནི་ཉམས་དགའ་ཤེས་པ་སྟོ།  
 རོ་སྟོད་ལུང་བསྟན་གནང་དུ་གསོལ།

ཞེས་ཞུས་པས་མི་ལམ་བཟང་འདུག །བདག་མེད་མས་ཆོགས་མཆོད་བཟང་བ་ཞིག་  
 ཤོམས་གསུང་། དེའི་གལ་དུ་མི་ལ་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མི་ལམ་འདི་རྣམས་ངས་ལུང་བསྟན་  
 བོ་གསུང་ནས། མ་འོངས་ལུང་སྟོན་ཀ་བཞི་བཅུ་འགོལ་གྱི་མགུར་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་རྩ་ལ་ཏ་  
 གྲངས་ནས་གཞིངས་པ།

རྗེ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་འགོ་བའི་མགོན།  
 བཅ་ཆེན་ན་རོའི་ཞབས་ལ་འདུད།

འདིར་བཞུགས་གདན་གང་ལུ་སྟོབ་རྣམས།  
 མི་ལམ་བདེ་ལས་བྱུང་བ་ཡི།  
 རོ་མཆར་མ་འོངས་ལུང་བསྟན་འདི།  
 བ་ཀླན་ང་ཡིས་བཤད་གྱིས་ཉོན།

རིམ་གྱིང་བྱང་ཕྱོགས་ས་སྟེང་དེ།  
 བོད་ན་དར་བའི་ཐུབ་བསྟན་ཡིན།  
 དེ་སྟེང་གངས་རི་ཆགས་པ་དེ།  
 བ་ཀླན་མར་བ་ལོ་ལྷ་དང་།  
 བཀའ་རྒྱུད་ཡོངས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡིན།

གངས་ཅེ་མོ་དགུང་ལ་རེག་པ་དེ།  
 ལྷ་བ་འགན་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན།  
 ཅེ་ལ་ཉི་རྒྱ་འཁོར་བ་དེ།

སྒྲོམ་པ་འོད་གསལ་མ་ཕྱེན་བཟུང་བའི་ཡིན།།

འོད་གྱིས་ན་མ་ཁལ་གང་བ་དེ།།

ཐུགས་རྗེས་མ་རིག་ཐུན་སེལ་ཡིན།།

ཅུ་བས་ས་གཞི་བྱུང་བ་དེ།།

ཕྱིན་ལས་གྱིས་ས་གཞི་བྱུང་བ་ཡིན།།

ཐུགས་བཞིར་རྒྱ་རྒྱན་འབབ་བ་དེ།།

སྒྲིན་གྲོལ་དབང་བཞིའི་གདམས་ངག་ཡིན།།

རྒྱ་དེས་འགོ་ཀྱན་ཚོམ་བ་དེ།།

གདུལ་བྱ་སྒྲིན་ཞིང་གྲོལ་བ་ཡིན།།

རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་མཚོར་འབབ་བ་དེ།།

འོད་གསལ་མ་ཐུ་མཇལ་བ་ཡིན།།

མེ་ཉོག་རྩ་ཚོགས་བཀྲ་བ་དེ།།

འབྲས་བུ་སྒྲོན་བུལ་ཉམས་སྦྱང་ཡིན།།

སྒྲིང་མི་ལམ་མི་ངན་མི་ལམ་བཟང་།།

འདིར་ཚོགས་གྲ་བ་བསྐྱོབ་ཀྱན།།

སྒྲོས་རྒྱུན་རྒྱུག་གངས་རི་མཐོན་པོ་དེའི།།

གར་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་བ་དེ།།

དོལ་གྱི་མཚུར་སྒྲོན་དབང་དེ་ཡིན།།

ཀ་ཐོག་དུ་སང་གོ་འབྱིང་བ་དེ།།

ཁོ་མི་གཞི་སང་དང་འབྲ་བ་ཡིན།།

སེང་གཡུ་རལ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ།  
 ལྷན་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཐེབས་པ་ཡིན།  
 སྒྲེར་བཞི་གངས་ལ་དབྱད་པ་དེ།  
 ཚད་མེད་བཞི་དང་ལྷན་པ་ཡིན།  
 ལྷན་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་དེ།  
 འཁོར་བ་ལ་བྱི་བྱག་འཆལ་བ་ཡིན།  
 སེང་གངས་དཀར་ལྷོངས་སྤུ་འཕྲོ་བ་དེ།  
 ཐར་བའི་གླིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན།  
 ཤར་མི་ལམ་མི་ངན་མི་ལམ་བཟང་།

འདིར་ཚོགས་གྲུ་བ་བྱ་སྒྲོབ་ཀྱིན།  
 ལྷོ་རུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་དེ།  
 གཞུང་གི་རྒྱུ་སྒྲོན་ཆོས་དོར་ཡིན།  
 ཀ་ཐོག་དུ་སྟག་མོ་ངར་བ་དེ།  
 ཁོ་མི་གཞི་སྟག་དང་འདྲ་བ་ཡིན།  
 ལྷག་གྲུ་འཇུམ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ།  
 ལྷན་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཐེབས་པ་ཡིན།  
 ཁོང་འཇུམ་ལན་གསུམ་བྱས་པ་དེ།  
 ལྷུ་གསུམ་རང་ངོ་འཕྲོད་པ་ཡིན།  
 སྒྲེར་བཞི་ནགས་ལ་དབྱད་པ་དེ།  
 ཐོན་ལས་རྣམ་བཞི་བྱུང་བ་ཡིན།  
 ལྷན་མིག་གྲེན་དུ་གཟིགས་པ་དེ།

འཁོར་བ་ལ་བྱི་བྱག་འཛུགས་པ་ཡིན།  
 ལྷག་ནགས་ཀྱི་བསེབ་ཏུ་འཕྱོ་བ་དེ།  
 ཐར་པའི་གླིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན།  
 ཐར་ནགས་ཤིང་རྒྱུད་ཏུ་འབྲེལ་བ་དེ།  
 ལུ་ཚ་པོས་རྒྱུད་པ་ཟེན་པ་ཡིན།  
 ལྷོ་མི་ལམ་མི་ངན་མི་ལམ་བཟང་།

འདིར་ཚོགས་གྲ་པ་ལུ་སྒྲོབ་ཀྱན།  
 ལུ་བ་ཏུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་དེ།  
 གཙང་རོང་གི་མེ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཡིན།  
 ཀ་ཐོག་དུ་ལྷུང་ཆེན་མེད་པ་དེ།  
 ཁོ་མི་གཞི་ལྷུང་དང་འདྲ་བ་ཡིན།  
 ལྷུང་གཤོག་སྟོ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ།  
 ལྷན་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཐེབས་པ་ཡིན།  
 ལྷུང་རྩ་གནམ་དུ་གཟིངས་པ་དེ།  
 ལྷོ་མེ་ཀྱི་གོལ་ས་ཆོད་པ་ཡིན།  
 ལྷན་མིག་ཀྱི་དུ་གཟིགས་པ་དེ།  
 འཁོར་བ་ལ་བྱི་བྱག་འཛུགས་པ་ཡིན།  
 ལྷུང་ན་མཁའ་མཐོངས་སུ་འཕྱར་བ་དེ།  
 ཐར་པའི་གླིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན།  
 ལུ་བ་མི་ལམ་མི་ངན་མི་ལམ་བཟང་།  
 འདིར་ཚོགས་གྲ་པ་ལུ་སྒྲོབ་ཀྱན།



བྱང་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་པ་དེ།  
 བྱང་ཐང་གི་མི་ལ་རས་པ་ཡིན།  
 ཀ་ཐོག་དུ་ཤོད་པོ་ཕྱིར་བ་དེ།  
 ཁོ་མི་གཞི་ཤོད་དང་འདྲ་བ་ཡིན།  
 ཤོད་ཅི་སྟོ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ།  
 སྟན་རྒྱད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཐེབས་པ་ཡིན།  
 ཤོད་ཆར་བྲག་ལ་བྱས་པ་དེ།  
 ཆོ་སྟོག་བྲག་ལས་སྤྲ་བ་ཡིན།  
 ཤོད་དེ་ལ་བྲ་ཅིག་བྱུང་བ་དེ།  
 འགམ་གྱི་དོ་མེད་ཅིག་ཡོང་བ་ཡིན།  
 བྱ་ཐུན་གྱིས་ན་མཁའ་གང་བ་དེ།  
 བཀའ་རྒྱད་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན།  
 སྟན་མིག་གཉན་དུ་གཟིགས་པ་དེ།  
 འཁོར་བ་ལ་བྱི་བྲག་འཆལ་བ་ཡིན།  
 ཤོད་ན་མཁའ་མཐོངས་སྟུ་འཕྱར་བ་དེ།  
 ཐར་པའི་གྲིང་དུ་གཤེགས་པ་ཡིན།  
 བྱང་མྱི་ལམ་མི་ངན་མྱི་ལམ་བཟང་།  
  
 བྱིད་འདིར་ཆོགས་རྣམས་ལ་བགད་པ་ཡིན།  
 ང་ལ་ཆུན་གྱི་བྱ་བ་བྱས་ཅིང་ཆར།  
 ད་ཁྱེད་བསྟོན་གྱི་དུས་ལ་བབ་ནས་གདལ།  
 ང་མི་ཆུན་གྱི་ཁ་ལ་གཏད་ཡོད་ན།

ཕྱིས་སྐྱབ་སྐྱད་ཀྱི་བཟུང་བ་དར་ནས་ཡོང་།།

ཞེས་གསུངས་པས། ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ཞིང་གཞེངས་མཐོ་བར་གྱུར་ཏོ། །འདི་ལའང་རྩོམ་པ་ལེ་མནལ་ལམ་ཡིན་པར་བཤད་པ་དང་། མི་ལེ་མནལ་ལམ་ཡིན་ནའང་ཀ་བ་བཞི་མ་གཏོགས་མེད་པ་མང་ནའང་། སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱངས་མ་རེ་གཉིས་ལས་བྱུང་བ་ལྟར་བྲིས་སོ།།

## (གསུམ་པ་འགོ་ཀུན་དང་པ་འདྲན་ཕྱིར་བཀོད་པ་ སྒྲིལ་རྒྱ་འབྲུལ་བཟུན་ཚུལ་ནི།)

རེ་ཞིག་གི་ཆེ་ལུས་དང་མི་ལ་ལ་གསུངས་པ། ཁོ་པོ་ཟླ་གཅིག་ཅུང་དཔེན་པར་སྤོང་སྟེ།  
ཁྱེད་གཉིས་གྱིས་འཛོལ་སྟེལ་པ་ལས་གཞན་སྤྱི་ཡང་མ་བཏང་ཞིག་གསུང་སྟེ། གཟིམས་  
ཆུང་དུ་བཞེས་པ་འདྲན་པའི་སྒྲོ་སྒྲིང་ཆུང་ཆུང་མ་གཏོགས་ཞལ་བ་བྱས་ནས་སྒྲུ་མཚམས་ལ་  
བཞུགས། འདི་སྒྲུ་མཁར་གྱི་གཟིམས་ཆུང་ལོག་མ་ཡིན་པར་སྒྲིང་།

ཉིན་གཅིག་ཆུ་གོང་དཔལ་ལེ་མཚམས་ལ་ཡོད་པའི་རྩར་མི་ལས་སྒྲུབ་པའི་དྲི་མེད་བྱས་  
པས། ར་དང་སང་རིམ་ལུང་ཁྱིད་ཞུ་བས་མི་ཁོམ་ཟེར། སྤྱི་ལ་ཞུ་བྱས་པས། བླ་མ་ཆེ་བཅུན་  
ཆེན་པོ་ད་ལྟ་ཁོ་པོའི་ནང་ན་བཞུགས་པ་མི་ཤེས་སམ་ཟེར་ནས་ནང་དུ་སོང་། བླ་མ་ནི་སྒྲུ་  
མཚམས་ལ་བཞུགས། ཁོང་རང་གི་དག་སྒྲིང་ཡིན་མཆི་སྒྲུ་མ་ནས་བསྐྱོར་བ་བྱས་ཅིང་ཉན་  
པས་ཆེ་བཅུན་གྱི་གསུང་ལྟ་ལྟ་ཐོས། དེས་པར་བཞུགས་པར་འདུག་སྒྲུ་མ་ནས་འོངས་  
པའི་ལམ་ཁར་གྲའི་མི་ཆུང་རི་ཁྱོད་དུ་འགོ་བ་དང་ཐད། གར་འགོ་དྲིས་པས་བླ་མ་ཆེན་པོ་རི་  
ཁྱོད་ན་བཞུགས་པའི་དུང་དུ་འགོ་ཟེར་ནས་སོང་། ཡང་ལམ་དུ་དོལ་བ་གསལ་སྟོན་ལུལ་ནས་  
བྱུང་བ་དང་ཐད། གར་འགོ་དྲིས་པས་ཆེ་བཅུན་ཆེན་པོ་ལྟང་པའི་མདའ་ན་ལུལ་མི་མང་པོ་  
ལ་ཆོས་གསུང་གི་འདུག། །ངས་ཀྱང་དེར་ཆོས་ཉན་ནས་འོངས་པ་ཡིན། འབྲུལ་བ་རྣམས་  
སྒྲུལ་མི་ཡོང་བ་ཡོད་ཟེར་སྟེ་འབྲུལ་བ་མང་པོ་སྒྲུལ་བྱུང་། དེ་རྣམས་ལུལ་ལ་ཞུས་པས་ཁོང་  
རང་རྣམས་ཀྱི་དད་པའི་སྒྲིང་བ་ལགས་མཆི་ཆེ་བཅུན་གཟིམས་ཆུང་ནས་གར་ཡང་  
གཤེགས་པ་མེད་ཏེ་གསུང་།

ཡང་ཞག་འགའ་ན་མི་ལས་ཆེ་མོ་གསལ་སྒྱིད་ཀྱི་དུང་དུ་ཕྱིན། ཁྱེད་ལ་གདམས་དག་ནི་  
ལྟ་བུ་གནང་ཞུས་པས། རོ་མོ་གཞན་དང་མི་འདྲ། ཁོ་མོ་རང་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་

དབང་དང་བྱིན་རྒྱལ་ས་མཛད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་སྐད་ཅིག་ཡང་མ་བྲལ། གདམས་ངག་  
 ཟུང་པར་ཅན་རྒྱུད་སེམས་གཉིས་མེད་གནང་། ཟུང་རང་ཡང་དེ་ལྟས་ཅིག་གསུང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་རྩོམ་གཞན་བདུན་གྱིས་ཀྱང་སོ་སོར་དེ་ཁོན་གསུང་། གདམས་ངག་ཡང་ལྷག་རྒྱ་  
 བཞི་བྲིད། ལམ་སྟེ་བ་སོགས་སོ་སོར་ལུང་བསྟན། དེ་དེ་ཞིང་འབྲལ་མེད་ཏུ་བཞུགས་  
 གསུང་། ཡུམ་ལ་ལྟས་པས་དེ་ལྟ་བུ་ཁོ་མོས་ཀྱང་མང་དུ་མཐོང་ཞིང་ཐོས། གཟིམས་ཁང་  
 དུ་འདུག་པའི་ཆེད་དུས་པ་རྩི་རྩེད་སྐྱེད་བཞུགས། དེས་བདེ་མཆོག། དེས་མ་དུ་སྤྲུལ་ལ་  
 སོགས་ཡི་དམ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་བཞུགས་པ་དང་། དེས་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་པ་རུས་རྒྱན་ཅན་  
 གནས་གསུམ་གྱི་མཁའ་འགྲོའི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དང་། དེའི་ཆེ་ཁོ་ནར་བྱི་རོལ་ན་རྒྱུད་  
 འཆད་པ་དང་མན་ངག་འཆད་པ་དང་། སྤྱད་དང་། མཁར་ལས་དང་། བྱིས་པའི་ཁྲོད་ན་ཅེད་  
 མོ་མཛད་པ་དང་། བུ་མོ་མང་པོ་དང་སྤྱོད་མཛད་པ་དང་། རི་ཁྲོད་ཏུ་སྤྱོད་བསེང་ལ་འབྱོན་པ་  
 སོགས་དུས་མཚུངས་པའི་མཐོང་སྒྲུང་མང་པོ་མཐོང་ཞིང་གཞན་ལས་ཀྱང་ཐོས། ང་རང་གི་  
 སྒྲུང་པ་ལ་འདང་འབྲལ་མེད་ཏུ་ཆོས་གསུང་གི་ཡོད་ཅེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱོད་པའི་སྒྲུང་པ་ལགས་  
 མཆི། གང་ནའང་དེད་རང་གཉིས་ལན་ཅིག་ལྷོད་གསུང་།

སྒྲུང་པ་ལ་སོགས་བཞུགས་མེད་པས་རི་ར་བ་ཁང་ཁྱིམ་ལ་ཟང་ཐལ་དུ་བྱོན་པས་སྤྲས་  
 རྣམས་ན་དེ། དེད་རང་གི་ཕ་རོལ་དེ་སྒྲུང་དགོས་ལྟར་ན་ཅིས་ཀྱང་ལུབ་བ་མི་འདུག་  
 གསུང་སྐད།

སྐབས་ཅིག་ཡུམ་དང་མི་ལས་སྤྱོད་མ་ཆེན་པོ་ཉིད་དུས་གཅིག་ལ་སྤྱི་བཞོད་པ་སྒྲ་  
 ཆོགས་སུ་འབྱུང་བ་རྩི་རྩེད་ལགས་ལྟས་པས། རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡོད། ཆོགས་ལའོར་ཞིག་  
 གྱིས་གསུང་། བར་ན་ཡུད་གཅིག་ལས་མེད་པས་ཆོལ་དགོས་ལྟས་པས། ཆོལ་མི་དགོས།  
 དེ་གསལ་འོར་གསུང་སྟེ། དམ་ཇུས་གཅིག་པོ་དེ་ལ་བཅགས་ཆད་ཆང་རོ་མཆོག་དང་ལྟན་  
 པར་བྱུང་། ཆོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་ལྟན་གྱི་བུ་ཏུ་འདུང་བུང་སྟེ་བུ་སྟོབ་མང་པོ་ལ་ཆོགས་  
 ལའོར་མཛད། གལ་དེར་ལའོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་དུས་རྩིར་བདེ་མཆོག་སོགས་ཡི་དམ་

སྒྲ་ཚོགས་པར་མཐོང་སྟེ། སྤྱད་པ་ལྟ་བུ་བསམ་ནི་ལྟར་ལགས་ཀྱིས་པས།

གནས་པ་ཅུ་ལ་གཡོ་བ་རྒྱུད་༥

བཀོད་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་རྟ༥

རོ་སྟོམས་ལྷག་གིས་ཡོངས་བསྐྱལ་ནས༥

འོད་གསལ་འགྲོ་འོང་མེད་པར་རྒྱག༥

དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྟ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཁོ་པོ་ལ་ཡོད་པས་ཆོ་འབྲུལ་སྒྲ་  
 ཚོགས་ཀྱང་འོང་ཐད་བ་ཡིན་གསུང་། དེ་ནས་རྗེ་མི་ལ་གཉའ་གཉའི་བྲག་ལ་སྐྱབ་པ་ལ་  
 བཞུགས་པ་ལ་མནལ་ལམ་དུ་འཁྱེད་ཀྱིས་སྟོད་བྱོགས་བལ་བོད་ཀྱི་མཚམས་སྒྲ་སྟོམས་ན་  
 དངོས་གྲུབ་སྐྱར་བའི་ལུང་བསྟན་བྱུང་སྟེ། ལྟར་བྱོན་པས་ལྟ་མཆོན་པོ་སྐྱེ་མཁར་གྱི་  
 གཟིམས་རྒྱུད་ན་བཞུགས་པ་མནལ་དུ་སོང་། སྐྱེ་མཁར་ལ་ཉི་མ་ཤར་ཞིང་སྐར་ཁུང་ནས་ལྟ་  
 མའི་དབུ་ལ་ཤར། ལུས་བཞེས་པ་འབྲེན་དུ་བྱོན་པ་ན་མས་དུས་མཚུངས་པ་ལ་གཅོང་ལ་  
 ཡར་འགྲོའི་སྐྱེ་ལུལ་བས། ལུ་ཁྱོད་འོངས་པ་དང་ངག་ཉིད་རྟོག་པ་ལུག་པ་དེ་འོ་སྟོལ་པ་ལ་  
 ཆོ་འདིར་མི་སྤྱད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མཁར་དང་ཁྱད་པར་བའི་མགོ་ལ་ཉི་མ་  
 ཤར་བ་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་པ་སྐྱིད་ང་། ཁྱད་པར་བའི་བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིན་མོར་  
 བྱེད་པ་ཡིན། བདག་མེད་མས་ཟས་ཁྱེར་བས་ལུ་ཁྱོད་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཟས་ཀྱིས་འཚོ་བ་  
 ཞིག་འོང་བ་ཡིན་གསུང་ནས་གདམས་ངག་གི་ལྷག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབུ་རྒྱུད་མཛད་ནས་  
 གནང་སྟེ། ཁྱོད་ལ་བྱིན་དང་གཞན་ལ་བྱིན། གལ་ཏེ་སྤང་ལ་བཅའ་ཡོད་ན། ལུས་འཁྱར་  
 ལས་ཀྱང་མི་ལྷག་རི། གསུང་།

བཀོད་པ་སྐྱེའི་རྒྱ་འབྲུལ་མང་པོ་བསྟན། སྐྱབ་པ་མ་རུས་པའི་ཆོ་ངན་རིངས་ལ་དགོས་  
 པ་མེད་པས་རེམ་ཞིག གདངས་ཏི་སེ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་གནས་ཡིན། ལ་ཕྱི་གདངས་ར་གོ་ཏ་ཅ་རི་  
 ཡིན། བྲག་དམར་སྟོ་མཐོན་རི་པོ་འབྲིགས་བྱེད་ཡིན། རི་བོ་དཔལ་འབར་དང་ཡོལ་མོ་

གངས་ར་ལ་པོ་ཆེ་ནས་ལུང་བཞུག་པའི་གནས་ཡིན་པས་དེ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་མཉམས། གར་  
 རྒྱགས་ན་དེ་མི་གོ་པའི་ནགས་རྒྱུན་མ་ཆད་པ་ན་རྩ་རི་ཁྲོམ་དུ་ལྷེད་པའི་ལུས་  
 ལ་མ་བཅ། མ་འོངས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་སུ་འགྱུར། ཟས་ནོར་དང་ཆོ་འདིའི་རོ་  
 དགའི་ཆེད་རྒྱུ་ཆོས་མ་སྟོན། རྟོན་ལྟན་བྱུང་ན་ཟང་ཟིང་གི་འབྲུག་པ་མེད་ཅུང་རྟེན་སུ་བྱུང་།  
 ཉེ་ལོས་ན་རོ་ཆར་གཅོད་པ་དང་། ངས་རྟོག་དང་ཁྱོད་རང་ཆར་གཅོད་པ་ལྟར་བྱས་ན་  
 རྟོགས་དུས་ཀྱི་རྒྱུ་པོ་མི་ཐུལ་བས་ཐབས་མཁས་སུ་གྱིས། རྒྱལ་ཕྱི་གྲུག་ཐུག་པ་ཅིག་  
 ཡོད་པས། དེའི་དུས་འདི་ལྟོས། དེ་བར་མ་ལྟ་ཅས་ཤོག་དྲིལ་ལ་ཐམ་མ་ཞིག་གནང་། ཐུག་  
 རྒྱུ་པོར་བཞག་ནས་ཞལ་གདམས་གསུངས་པ།

ན་མཆོག་གི་ཕྱི་ཕྱོད་ལ་གསལ་བ་འདི་བས།

བཀའ་དྲིན་ཅན་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་ལ།

བསམས་ན་གདམས་ངག་དེ་ག་ཡིན།།

མང་པོ་ཐོབ་འདོད་གཡང་བའི་ཕྱུ།

གནད་ཀྱི་གསུང་དག་སྒྲིང་ལ་ཆོངས།

དེ་དེ་མང་ཡང་དེ་ཉིད་མེད།།

སྒོང་པོ་མང་ཡང་འབྲས་བུ་མེད།།

ཡོན་ཏན་ཡིན་ཡང་དོན་ལྡན་མིན།

དེ་ལྟ་བུ་བསྐྱབས་ཀྱང་འདི་མཐོང་མེད།།

བཤད་ཀྱི་མང་ཡང་ཕན་པ་མེད།།

ཕན་སྐྱིད་ལ་ཐོགས་པ་དམ་པའི་ཞོར།།

མོར་ཕྱག་པོ་འདོད་ན་འདི་ལ་བྲིལ།

ཆོས་ཉོན་མོངས་འདུལ་བ་ཐབས་ཀྱི་ལམ།  
 ལམ་བཅན་ས་འདོད་ན་འདི་ལ་བྲིལ།  
 སེམས་ཁོ་ཐག་ཆོད་པ་ཆོག་གེས་དཔོན།  
 དཔོན་བཟང་པོ་འདོད་ན་འདི་ལ་བྲིལ།  
 འཁོར་བ་བྱ་བྱོལ་ལྷག་སྒྲུབ།

མི་མེད་ཀྱི་རྩ་བྱག་ལ་ཡི་མཁར།  
 གོགས་མེད་གཅིག་བྱ་ལྷ་ཡི་ཡུལ།  
 སེམས་ལ་སེམས་ཞོན་ཆད་མེད་ན།  
 རང་ལུས་དགོན་པ་ལྷ་ཡི་ཁང་།  
 ཡེངས་མེད་དག་སྒྲོར་སྒྲུན་གྱི་མཆོག།

དོན་དང་ལྡན་པའི་སྒྲེས་བུ་ལ།  
 དོན་ལ་ཐོགས་མེད་གདམས་ངག་བྲིན།  
 ང་དང་གདམས་ངག་ཁྱོད་དང་གསུམ།  
 མ་རུལ་མ་སད་མ་སྐམས་པར།  
 བྱ་ཡི་ལག་རྩ་བཞག་པ་འདིས།  
 འབྲས་བུ་ལོ་འདབ་རྒྱས་པར་ཤོག །ཞེས་གསུང་ཞིང་།

བཀོད་པ་ལུས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་མང་པོ་བསྐྱེད། ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲོ་བ་ལྟར་མཛད་ཅིང་། ཀ་  
 བླ་ལ་མཆོན་ལྡན་གསེར་མདོག་བཅུད་ཀྱིས་བཀང་སྟེ་གནང་ནས་གསུངས་པ།

ཁྱོད་སྟིང་རུས་ཅན་གྱི་སྒྲུག་སྒན་ཅན།  
 བྱི་ཐག་རིང་ཞིང་ངང་རིང་པོ།

སྐལ་བ་ཅན་གྱི་བྱ་ཁྱོད་གྱིས།  
 སྤྱི་མའི་བདུད་ཅི་ཡི་གེས་ཆང་།  
 རོམས་པར་འབྱུང་ལ་བཞུད་པར་བྱ།

ཡ་དང་མ་གཉིས་མ་བརྗོད་པར།  
 གསོལ་བ་ཡང་ཡང་འོ་དོད་བོས།  
 སྤྱིང་ལ་ཡན་པའི་གདམས་ངག་ལ།  
 འགྲངས་པར་ཟ་ཡིན་བཞུད་པར་བྱ།

དྲིན་དང་ཕན་པ་མ་བརྗོད་པར།  
 བཀའ་དྲིན་བསམ་གྱིན་སྤྱིང་རུས་མཛོད།  
 མཁའ་འགྲོའི་ཁ་རྒྱངས་ཟབ་མའི་གོས།  
 རྟོ་བར་གོན་གྱིན་བཞུད་པར་བྱ།

མ་རྒྱས་སེམས་ཅན་མ་བརྗོད་པར།  
 རང་སེམས་བྱང་རྒྱུ་ལམ་ལ་རྒྱག།  
 སྐལ་བ་བཟང་མའི་བདག་མེད་མས།  
 བུ་ལ་སྤྱིང་གཏམ་བསྐྱུལ་བསྐྱུལ་བ།  
 བུས་ཀྱང་མ་བརྗོད་སྤྱིང་ལ་ཆོངས།  
 མས་ཀྱང་ཡི་དམ་མགོན་དུ་བཟུང་།  
 སེམས་ཡིད་མཐུན་པའི་མ་བྱ་གཉིས།  
 ཞོ་རྒྱལ་ཡུལ་དུ་མཇུག་པར་གྲོག།  
 དྲིན་ལན་ཆོས་གྱིས་ཁོར་བར་གྲོག།



ཞེས་གསུངས། ཆོས་ལའི་བར་དུ་སྤྱེལ་བྱང་མཛད་སྟེ་དེར་ཆོགས་ལའོར་མཛད་ནས།  
མཐུ་ཆེན་ཐེ་ཆོམ་དང་སོམ་ཉི་མི་དགོས། འོ་སྒོལ་པ་བྱ་གཉིས་འབྲལ་བ་མེད། ཁྱོད་ཀྱིས་  
ཀྱང་སྐྱབ་པ་ལ་རེམ་ཞིག་རེམ་ཞིག་ཞེས་གསུངས་པ།

རྗེ་བླ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།  
ལས་ཅན་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་བྱ།  
ཆོས་སྐྱ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བར་ཤོག།  
དག་དོ་རྗེའི་བཟླས་པ་བདུད་ཅིའི་རོས།  
རྟེན་འབྲེལ་ཡོངས་སྐྱ་འབྱུང་བར་ཤོག།

སེམས་རྩ་བ་བྱང་རྒྱུ་ཐོང་བོ་ལ།  
སྐྱལ་སྐྱའི་ལོ་འདབ་རྒྱས་པར་ཤོག།  
བླ་མའི་བཀའ་ཆོག་དོ་རྗེའི་གསུང་།  
སྟིང་ལ་རྗེད་མེད་གནས་པར་ཤོག།  
ཡི་དམ་མཁའ་འགོའི་བྱིན་རྒྱལས་དེ།  
ཐོག་གི་རྩ་བར་གནས་པར་ཤོག།

ཆོས་སྒྱོར་བྱང་མའི་རྒྱུ་རྟེན་དེས།  
འབྲལ་བ་མེད་པར་སྒྱོར་བར་ཤོག།  
རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མའི་སྒྲོན་ལམ་དེ།  
སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་འབྱུང་བར་ཤོག།

ཆོས་མཛད་ཀྱན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་དེས།  
དུས་གསུམ་ཀྱན་དུ་འརྒྱུ་བར་ཤོག།

གཙང་སེལ་མ་ལ་ཡི་ལ་ཐོག་ཏུ།  
བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གསུམ་ཡོད།

སང་ཉིན་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་ལ།  
དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲེལ་མ་ཡོད།  
པ་ཡུལ་ཞེན་པའི་མཁར་ཞིང་ན།  
མི་རྟག་སྒྲུ་མའི་སློབ་དཔོན་ཡོད།

ཨ་ནེ་སྤང་མོའི་ཉེ་འཁོར་ལ།  
སྒྲུ་མ་བཤེག་པའི་སློབ་དཔོན་ཡོད།  
མི་མེད་ལུང་པའི་བྲག་ལྷག་ན།  
འཁོར་འདས་རྩེ་བའི་ཚོང་རུས་ཡོད།  
སྤིང་རུས་ལུས་ཀྱི་དགོན་པ་ན།  
ལྷ་བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་མཚོད་ཁང་ཡོད།  
ནད་མེད་བླ་ཡི་ཚོགས་འཁོར་ལ།  
མཁའ་འགྲོ་མཉེས་པའི་བདུད་རྩི་ཡོད།

འབྲུལ་འཁོར་གནད་ཀྱི་ཁ་སྒྱུར་ལ།  
འབྲས་རིན་ཆེན་སྒྲེལ་བའི་སོ་ནམ་ཡོད།  
ཡུལ་མི་ཅིས་རྒྱུང་རང་ཡུལ་དེར།  
འབྲུལ་གཡེང་བ་མེད་པའི་དགེ་སྦྱོར་ཡོད།

མཚམས་དམ་པོ་མི་མེད་ཁྱི་མེད་ན།  
རྟགས་ལྟར་དུ་མཐོང་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡོད།

ཟས་དགོར་ཟས་མེད་པའི་རང་ཟས་ལ།

བདེ་བ་ལྟ་ཡི་ཕམ་ཕབས་ཡོད།

གྲིབ་དངས་བ་ལྟ་ཡི་གཞལ་ཡས་ན།

རང་དོན་ཆེན་འགྲུབ་པའི་ལྷན་མོ་ཡོད།

ངོ་ལྟོག་མེད་པའི་ལྟ་ཆོས་ལ།

དམ་ཚིག་གཅང་མའི་ཐིན་ལས་ཡོད།

བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་སོ་ནམ་ལ།

དངོས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་གཏེར་ཁ་ཡོད།

དམ་ཆོས་མཁའ་འགྲོའི་ཐོག་སྡིང་ལ།

འཁོར་འདས་འབྲེས་པའི་སོ་མཚམས་ཡོད།

མར་བ་ལོ་ལྷའི་བྱ་རྒྱད་ལ།

གཏམ་སྟན་མང་པོའི་ཡོང་སྒོ་ཡོད།

མི་ལ་རས་པའི་སྡིང་རུས་ལ།

སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་ཐོག་གིང་ཡོད།

ཐོག་གིང་འཛིན་པའི་སྒྲིམ་བྱ་ལ།

བརྒྱད་པ་བཟང་པོའི་བཀྲ་གིས་ཤོག།

བཀའ་རྒྱད་སྒྲ་མའི་བཀྲ་གིས་ཤོག།

ཡི་དམ་བཟང་པོའི་བཀྲ་གིས་ཤོག།

བདེ་དབྱེས་གསང་གསུམ་བཀྲ་གིས་ཤོག།

དམ་ཆོས་བཟང་པོའི་བཀྲ་གིས་ཤོག།

མཁའ་འགྲོའི་ཐོག་སྤྱིང་བཟ་གིས་ཤོག།

མཁའ་འགྲོ་བཟང་པོའི་བཟ་གིས་ཤོག།

གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོའི་བཟ་གིས་ཤོག།

ཆོས་སྤྱོད་བཟང་པོའི་བཟ་གིས་ཤོག།

དྲུག་སོལ་ལྷ་མོའི་བཟ་གིས་ཤོག།

བསྐྱོད་བཟང་པོའི་བཟ་གིས་ཤོག།

བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་བཟ་གིས་ཤོག།

རྒྱུད་ནས་རྒྱུད་བཅས་བཟ་གིས་ཤོག།

བཟ་གིས་མི་འགྱུར་བརྟན་པར་ཤོག།

དོན་དེ་དག་མ་རྗེད་ཉམས་སུ་ལོང་།།

ཞེས་གསུངས། ཞབས་སྤྱི་པོར་སྤངས་ཉེ་སྤོན་ལམ་བཟུང་ནས་ཕྱོན་ནོ།།

ཡང་ལོ་རྒྱུ་བ་ལ་ཆིངས་ཡོན་ཉན་འབར་གྱིས་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱོན་པས་ལམ་དུ་ཆོམ་རྒྱན་གྱིས་གསོད་ཀྱི་ཆོ་བུད་མེད་ཤིང་ལོའི་གོས་ཀྱོན་པ་ཅིག་གིས་ཐིགས་མཛུབ་བཟང་པས་རྒྱ་བ་རེངས། ད་ཁྱོད་རང་རྒྱ་གར་ལ་མ་འགྲོ་བར་བོད་དུ་ངའི་མིང་པོ་ཏེ་སྤྱི་ཉེ་རུ་ཀ་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་བྱ་བར་ཡོད་གྱིས་དེར་སོང་ཞེས་ལུང་བསྟན་ཉེ་མཇལ་ནས་སྤོད་ལྟན་གྱི་སྤོབ་མར་གྱུར་རྟེན།

ཡང་དགེ་བཤེས་བྱ་བ་མངོན་ཤེས་དང་ཐུག་ལ་མ་དུམ་བས་མགུར་གསུངས་པ།

རྗེ་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།།

ང་ཐང་ཞིག་དཔལ་མོད་པལ་ཐང་ལ།།

ཉིན་རྒྱགས་མཚན་རྒྱགས་བྱེད་ཅ་ན།།

ཁྱོད་དུགས་པོའི་སྤང་བྱ་གང་དུ་ཉལ།།

ཅུ་ཆེན་གརྩ་སྤྲོ་ལ།  
 མཉན་པ་བརྩ་སྤྲོ་ལ།  
 བྱ་བཅས་གསེར་དུ་རྫོང་ཅ་ན།  
 རྩོད་དྲགས་པོའི་གླང་བྱ་གང་དུ་ཉ་ལ།  
  
 གཅན་ཐེང་དོག་མོ་རྒྱལ་ཅ་ན།  
 རྩོད་དྲགས་པོའི་གླང་བྱ་གང་དུ་ཉ་ལ།  
 འཕྲང་བཅས་གསེར་གྱིས་རྫོང་དུས་སྟུ།  
 རྩོད་དྲགས་པོའི་གླང་བྱ་གང་ན་ཉ་ལ།  
  
 རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་མཐིལ་གཤེད་ཏུ།  
 རྒྱ་བརྒྱུད་ལོ་རྩ་སྤྲོ་བ་དུས་ན།  
 རྩོད་དྲགས་པོའི་གླང་བྱ་གང་ན་ཉ་ལ།  
  
 རྩེ་ན་རོ་མེ་ཏི་ལ་སོགས་ལ།  
 གསེར་གྱི་མརྒྱལ་འབུལ་ཅ་ན།  
 རྩོད་དྲགས་པོའི་གླང་བྱ་གང་ན་ཉ་ལ།  
  
 གནས་སུ་ཉ་རིའི་དགོན་པ་ན།  
 གསང་སྟགས་གྱི་གདམས་པ་ཁྱེ་ཅ་ན།  
 རྩོད་དྲགས་པོའི་གླང་བྱ་གང་ན་ཉ་ལ།  
  
 བི་ཀ་མ་ལ་གི་ལའི་གཙུག་ལག་ན།  
 དུས་མཚུངས་པར་ཆེན་བཞི་པོ་ལ།

དུལ་གྱི་མཆོད་པ་ལྟར་ཅན།  
ཁྱོད་དྲགས་པའི་གྲང་བྱ་གང་ན་ཉལ།

རྒྱ་གར་གར་ཕྱོགས་པ་རྣམས་ལ།  
བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་འཕེལ་བའི་བྱིར།  
མཆོད་སྦྱོར་ཆེན་པོ་བྱེད་ཅན།  
ཁྱོད་དྲགས་པའི་གྲང་བྱ་གང་ན་ཉལ།

ཞེས་གསུངས་པས་དགེ་བཤེས་གྲ་པ་འགྲོད་པ་སྦྱེས་ཏེ་ཞབས་སྦྱི་པོར་བྲངས་གདམས་  
ངག་རྟུ་མ་ལུས་སོ། །གྲ་པ་འདི་འབྲངས་ས་དྲགས་པོ། མཚན་དབང་ལྷག་འབར་རྟུ་བྱས་པ་  
དང་། འབྲངས་ས་གྲ་སྦྱི་རུ་བ། མཚན་རྒྱལ་བ་ཤེས་རབ་རྟུ་བྱས་པ་གཉིས་སྒྲང་ཡང་འདི་  
ལྟར་ན་དྲགས་པོ་ཡིན་པ་དག་པ་འདྲའོ།

དེ་ལྟར་འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱལ་པའི་ཆེ་མཇད་ནས་སྦྱ་སྦྱེས་སུ་སྒྲང་བ་བྱིན་ཆོས་འཁོར་ཆེན་  
པོ་ལ་སོགས་པར་སྦྱན་བྲངས་པའི་ཆེ་མཇད་གཞུང་གི་ཆིངས་དང་ཉམས་ལེན་རྟུ་འདི་ལྟར་  
དགོས་པ་ཡིན་གནད་རྟུ་འདི་ནས་གསུང་བ་མ་གཏོགས་རྒྱུད་དང་། གཞུང་ཚན་ཅན་མི་  
གསུང་། ཁྱོད་པ་དང་པ་དབུན་གོ་འདྲིས་ཁྱེད་པ་ཆོའི་སར་ཡུག་རེ་བྱོན་ནས། སུ་ཆོ་ལུས་  
བྲང་པོར་སྦྱང་ལ། དར་ཅིག་སེམས་ལྟོད་ཏེ་ཞོག་ཞིག་ཡང་གསུང་།

སྒར་གསེར་བྲེས་བཅལ་ལུལ་ནང་ཆོས་ལ་མངས་པ་བྱེད་གསུང་ནས་གནད་དགའ་བ་  
ལ་བྱིས་མི་སུ་གཟིགས་ཆད་དང་། རྒྱལ་རྒྱལ་འགྲོ་བ་གཟིགས་ཀྱང་།

རྒྱུར་ཤོག་ཁོ་བོས་གདམས་པ་སྦྱོན།  
མི་ཆོ་སྦྱོང་ཟད་བྱེད་པ་འཕངས།  
གདམས་ངག་ཁ་རོག་སྦྱོད་པ་འཕངས།  
བྲང་རྒྱལ་མཆོག་རྟུ་སེམས་སྦྱེད་དང་།

ན་རོ་ཆེན་པོའི་གདམས་པ་སྦྱིན།

གསུང་ཞིང་དུས་འདི་ཙན་སེམས་ལ་འདི་འདྲ་བའི་འཆར་སྒོ་འོང་། དེའི་ཆོ་རིག་པ་  
འདིར་གཏོང་། ལུས་གནད་འདི་ལྟར་སྒྱུར་དང་། བོགས་འདི་ལྟར་འོང་ཞེས་ཉམས་ལེན་གྱི་  
གནད་ཁོ་ན་གསུང་། སྒྲུང་མཐོ་ས་ནས་བྱ་ར་མཛད་། ལུག་གྲུ་རེའུ་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་རོ་  
ག་ཟིགས་སོ་ཙན་ལ་གྲོང་འཇུག་མཛད་། སྒྲུང་བཞེངས་ནས་རོ་དེ་སྒྱུ་མ་ཁྱལ་ལེ་བ་རེར་སོང་  
བ་དང་། སྒྱུ་ན་ཅེར་རེ་ག་ཟིགས་སྟེ།

རང་རང་ལས་ཀྱིས་ཉེན་པ་ཡི།

ཉམ་ཐག་སེམས་ཅན་མཐོང་ཙམ་ན།

གྲོང་འཇུག་ཡལ་བར་འཛིག་དུ་འཕངས།

ཀྱན་ཡང་སྟོག་ལ་གཙུག་འཛིན་ན།

མཁས་པ་ང་ཡི་གན་དུ་ཤོག།

གསུང་ཞིང་གི་བའི་རོ་ཁོ་ན་བྱ་ར་མཛད་སྟེ་རྟེན་ལ་འབྱོར་པས་གྲོང་འཇུག་བྱས་ན་  
ལུས་ཉེན་སྒྲུ་མའི་སེམས་དེ་གནས་སྒྲུར་འགོ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་དགོངས་པའོ། །དུད་འགོ་  
འཆི་ཀའི་རྩར་བྱོན་ནས་འཕོ་བ་དང་ཆོས་གསུངས་སྟེ། ཁྱོད་ནི་ཐོས་པས་ཤིན་ཏུ་འཆོངས་  
ཁུབ་ལ་སོགས་པ་གསུངས། མཆན་མོའང་སྒྲུ་ལ་འོད་དཀར་སྒོར་རེ་བྱས་ནས་སྒྲུ་གར་དང་།  
ལྷག་རྒྱ་དང་། རྣམ་འཇུར་མཐོང་ཐོས་མེད་པ་ག་སྟག་མཛད་། ལྟ་བུ་མཆོའི་སྒྲུ་དང་།  
སྒྱོད་པ་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་དོ་རྗེའི་ཆོག་འབའ་ཞིག་གསུང་། སྐབས་སྐབས་སྒྲུ་

མཁས་པ་ཆེན་པོ་ན་རོ་བ།

འཛིག་ཉེན་མི་ལམ་སྒྲུ་མ་ཡིན།

དུས་ལ་བབ་ན་འབྱོན་པར་སྒྲོ།

བདེ་བའི་ལམ་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་ལོ།།

མ་འོངས་ལུ་རྣམས་དང་ཕྱིར་འདོང་། །ཞེས་གསུང་ངོ།།

དགེ་བཤེས་གྲ་པ་དང་མཇལ་བ་མན་ཚལ་བས་བསྐྱེགས་པའི་རྣམ་ཐར་ནས་བྱུང་ངོ། །  
དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མ་ཆེན་པོ་དེས་གདན་བཞིའི་བཤད་རྒྱུ་ཆེན་པོ། །འདུས་པ་གཉིས་མེད་རྣམ་  
རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ཆེན། གདན་བཞིའི་རྒྱལ་ཐབས། གྲར་དུད་སོལ་གྱི་སྒྲོར་སོགས་ལ་འགྱུར་  
མཛད། སྤྱིར་སྒྲོན་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཉེ་བརྩེ་གྱི་རྩོད་རྩེར་བསྐྱར་བ་ལ། རྩོད་འདིས་དགྲ་སྤྱི་བའི་རྩོད་  
རྩེར་བསྐྱར་བ་སོགས་འགྱུར་གྱིན་དུ་བཟང་པོ་ཡོད་ཀྱང་རང་སྐྱབས་སུ་དེར་འཆད་པ་ཙམ་  
མ་གཏོགས། འགྱུར་བཙོས་ལ་བསྟན་ནས་ལོ་རྩེ་བ་གཞན་གྱི་མིང་ཕྱིས་ནས་རང་གི་མིང་  
འགྱུར་བྱང་དུ་འཇུག་པ་མི་མཛད་པས། བརྒྱུད་མ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲོག་འགོས་ཀྱི་འགྱུར་  
སོགས་འགྱུར་བྱང་རྩེ་མ་ཁོ་ན་མཛད། བརྟག་གཉིས་ཀྱི་བརྟག་པ་དང་པོའི་ལེའུག་པ་  
ལན་གྱི་འགྲེལ་བ་བཀའ་ཡང་དག་པའི་ཚད་མ། འབྲམ་རུང་ཉི་མ། གྲར་གྱི་སྒྲོག་གིང་།  
རྒྱུད་ཀྱི་གྲོག་དྲིལ་བཞེ་ལ་འགྲེལ་བ། གྲོག་དྲིལ་བཙོ་ལ། སྤྱིས་ཀྱི་དོན་དུ་ཆོས་དུག་བུུད་  
ཅིའི་རྒྱ་རྒྱ། ཞེ་མི་གི་མན་ངག་སོགས་ཆོས་རུང་མང་པོ་མཛད།

སྤྱིར་རྒྱུད་གསུང་བ་ན་དབང་པོ་རབ་ལ་མཚན་བསྟན་པ། འབྲིང་ལ་བྱེད་གཞི་ལུན་  
ཆོགས་བསྟན་པ། ཐམ་ལ་ཆོག་དོན་ཐར་ཆགས་སུ་འབྱུག་ཉེར་བཞེས་འཆད་ཅིང་། རྒྱུད་  
ཉིད་འབྱུགས་སྤེལ་སྤེལ་མཛོན་རྟོགས། དབང་ཆོག །རབ་གནས། སྤྱིན་སྤེལ་རྣམས་སུ་རེ་  
རེ་ཞིང་སྤོང་བ་ལ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་བ་འདོན་བཙུང་འཆད་ཅིང་། འདི་ལྟར་སྤོང་ལུས་པ་ན་རྒྱུད་  
དེ་ཤེས་པར་འཛོག་པ་ཡིན་ནོ།།



## (ལྷ་པ་བསྟན་པ་དང་ཐམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ནས་ གཞུགས་སྐྱེའོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཚུལ་ནི།)

སྐྱུལ་པའི་སྐྱེ་ཐམས་ཅན་ནི་གདུལ་བྱ་ཐ་མའི་རྟག་འཛིན་ལྟོག་པ་དང་། འབྲིང་ལ་སྦྱིད་  
རིམ་རྫོགས་རིམ་དུ་བསྐྱུ་བ་དང་། རབ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅན་སྣང་མཆོད་ཐོབ་གསུམ་ལས་  
འོད་གསལ་དུ་དག་པ་སྟོན་པའི་བྱིར། སྐྱེ་ཆེ་རིང་བྱུང་གང་ཡིན་ཡང་སྐྱེ་དེས་འདུལ་བའི་བྱ་  
བ་ཟིན་པ་ན་འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙོམ་ཟིན་ཡང་མུ་ངན་ལས་འདའ་བར་སྟོན་པ་ནི་ཆོས་  
ཉིད་ཡིན་པས་མཐར་གཞུགས་སྐྱེ་སྐྱུ་བ་ཡང་བསྟན་སྟེ། དའི་དྲོ་བོ་ལུང་འདི་ལ་དར་གུང་  
གིན་དུ་ཆེ་བ་སྐྱེ་ཆོགས་ཅིག་ཡོང་བར་འདུག །ཆེ་ལོ་བཅུ་པ་མགོ་འབྱར་བྱུང་ཆེ་དའི་སྐྱུལ་པ་  
ནལ་འབྱོར་བ་ཅིག་གིས་ཟངས་ལུག་གི་གནས་འདིར་མཁའ་འགོ་དབང་དུ་བསྐྱུས་སྟེ་སྐལ་  
ལྷན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་རྩུང་ཞིག་འབྱུང་། སྦྱིར་བསྐྱལ་རྒྱུད་བདུན་ལྷག་རེའི་འཕྲོ་མཆོམས་ལ་  
དའི་སྐྱུལ་པ་རེ་སྐྱུས་ཀྱང་དོ་མི་ཤེས་པར་འབྱུང་། སྐས་མཁའ་འདི་མི་ནག་པས་བཟུང་ནས་  
དགོར་ལ་འབག་བའང་འབྱུང་ཞིང་། མཐར་མཆོད་རྟེན་དུ་བྱུར་ནས་ཐམས་ཅན་གྱིས་  
བསྐོར་བ་ཞིག་འོང་། དའི་བཀའ་རྒྱུད་གྱིས་ཐོས་སྦྱིང་ཐམས་ཅན་བྱུང་བར་འབྱུར་གསུང་།

དེ་ནས་གསྟོང་རྣམས་བསྐྱུས་སྟེ། རྟེན་རྣམས་ལེ་ལོ་མི་ཁོམ་པར་གང་ལ། ཁོ་བོ་ལ་ཏཱ་  
གིའི་གསུ་བ་བྱུང་བས་འགོ་དགོས་པར་འདུག །དཔལ་ན་རོ་བ་གནས་གསུམ་མཁའ་  
འགྲོའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ཁོ་བོ་གསུ་བ་ལ་ཕེབས་བྱུང་། རྟེན་རྣམས་མཐུལ་དང་མཆོད་  
པ་ཤོམས་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ། ལར་གྲོང་འཇུག་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་རྒྱུད་ན་འཆི་བའི་མིང་  
ཡོད་ལ་མེད་ཅིག་ཡོད་པར་འདུག་སྟེ། སྤྱ་མའི་བཀའ་སྐུ་མཁའ་རྫོག་འགོ་དོན་ཆེ་བས་ཤོག་  
གསུང་བ་ལྟར་འགོ། སྤྱ་མ་ཡི་དམ་ཐམས་ཅན་ཀྱང་ཁོ་བོ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འདུག །ལར་  
རྟེ་ལོ་ན་རོ་བ་པ་ཡང་ཁོ་བོ་རང་ཡིན་གོའམ་གསུང་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བཞུགས་པའི་མོད་

ལ། བདག་མེད་མ་དོ་རྗེ་ཡུལ་གྱི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གསུང་ནས་འོད་དཀར་པོ་ཅིག་ཡུལ་ལ་ཐིམ་  
བའི་མོད་ལ་ཡུལ་འོད་དཀར་པོ་ཅིག་དུ་ཡུར་སྟེ་སྒྲ་མའི་ཐུགས་ཀར་ཐིམ།

དེར་སང་ཡུམ་བདག་མེད་མ་འི་དབུ་ཐོད་ཡིན་ཟེར་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་རྣམས་ཡུམ་གཞན་  
 གྱི་དབུ་ཐོད་ཡིན་སྲིད་ལ། ཡུམ་བདག་མེད་མ་དངོས་ནི་རྣམ་ཡུམ་མ་བཞག་པ་ཡིན་ལོ། །དེའི་  
 མོད་ལ་རྣམ་སྒྲུང་མཉམ་བཞག་མ་མཛོད་ནས་བྱ་ཁུ་འཕོ་བ་སྒྲོམ་ན་འདི་རྣམ་སྒྲོམ་པ་ཡིན་  
 ག་སྒྲུང་ནས། དབུའི་ཆངས་བྱག་གི་དབུ་ཐོད་སྒྲུང་ག་སྒྲུམ་པ་དབུ་སྒྲུང་དང་བཅས་པ་ཆོག་རྒྱ་  
 དང་བཅས་ནས། བ་མཁའ་ལ་འདོམ་གང་ཙམ་འཕར། ས་ལ་བབས་བྱུང་བ་ལ། བར་ལ་  
 དབྱས་དོར་རིགས་ལྡེ་རིང་སྒེལ་ལས་གྲུབ་པ་འདུག །དེའི་མོད་ལ་དབུ་གཙུག་ནས་འོད་གྱི་  
 གོང་བྱ་རྒྱ་བ་ཙམ་ཞིག་ན་མཁའ་ལ་སོང་སྟེ། རྩོམ་གྱི་ཡུང་བ་ཐམས་ཅད་བྱུང་བའི་  
 འཇའ་འོད་དང་། མེ་རྟོག་གི་ཆར་དང་། རྩམ་རུ་དང་། རོལ་མོའི་རྒྱ་ཞག་སོ་བདུན་དུ་རྒྱ་  
 མ་ཆད་ཏོ། །

དྲོ་བོ་ལྟང་གི་ས་ལ་སྤྱད་སྤྱད་དུ་མ་སྤྱད་པར་གྱི་སྤྱབ་ས་སྤྱབ་སྤྱབ་དང་ས་སྤྱེ། སྤྱགས་གྱི་  
སྤྱས་མཚུར་སྤྱོན་དཔང་དེས་སྤྱད་ས་པས་ཡི་གེ་ཨ་ཡིག་དང་གཏུང་དང་སྤྱེལ་ཚན་ཅན་ཕྱོན་  
སྤྱེ། གཏུང་པལ་ཆེར་ཕྱིས་རྟོག་དུ་སྤྱབ་དང་ས་སྤྱེ་དཔལ་གྱི་གཏུང་ཁང་དུ་བཞུགས་པ་ཕྱིས་  
གཏུང་ཁང་ཆེན་མོར་བཞུགས་པ། གཏུང་པལ་དང་སོ་པག་ན་ཟ་བཞུགས་སྤྱབ་སོགས་  
བཞུགས་པའི་སྤྱ་འབུམ་སྤྱགས་གྱི་སྤྱས་མགོ་ལོགས་སོགས་གྱིས་སྤྱོན་གྱི་མཆོད་ཁང་སྤྱེ  
དམར་པོ་དང་སྤྱེལ་ནས་བཞེངས་སྤྱེ། སྤྱེའུ་དམར་པོ་སྤྱོ་རུ་པ་ལ་ལྟ་བ་བསྐྱར་སྤྱེ་སྤྱ་འབུལ་ལྟ་  
པར་མཛད་དོ།

ལྷ་མིའ་མ་རྣམ་ཐར་རྣམས་ན་མི་ལྷ་པ་ཡང་དྲོ་པོ་ལྷ་པ་མ་ལྷག་ཡིན་པ་རྣམས་ལ། རོག་  
པ་སོགས་དགྲ་པོ་ལྷ་པ་འི་རོ་གྲང་པོ་ལ་མིམ་པར་འཆད་ཅིང་། ཡིག་ཆ་རྒྱུ་ལ་  
ན་དགྲ་པོ་པའུ་པའུ་པོ་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི་ལྷ་པ་མེད་པ་མང་པར་སྤང་བས། དེ་རྣམས་  
པའི་སྤྲུལ་པའི་ལྷ་མ་མོ་ལྷ་པོ་དང་དགྲ་པོ་ལྷ་པ་ཞིས་པར་སྤང་། ཆོས་ཀྱང་ཆོས་གསུམ་

དང་བཅུ་བཞི་བཙོ་ལྷ་སོགས་མང་དུ་སྒྲུང་ཡང་། ལྷ་བ་བཅུ་གཉིས་པ་ཆོ་འབྲུལ་གྱི་ལྷ་བར་  
 བྱེད་པ་སྟོན་གྱི་ལུགས་བྱས་པའི་ཆོ་བཙོ་ལྷ་ཡིན་པའི་སྒྲུང་སྟེ། སྟོན་སྟེས་མཆོག་  
 མཆོད་པ་ལུལ་མིས་བྱེད་པ་ཅིག་འབྲེལ་སྟོན་ཡོད་པར་སྒྲུང་བའང་ཉོར་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པའི་  
 བཙོ་ལྷ་ལ་བྱེད་པར་སྒྲུང་བས། དེ་གསོ་བའི་བྱིར་བདག་གིས་ཤོ་བོ་ལུང་དུ་ཆུལ་བཅུ་གས་  
 བའང་དེ་དང་དུས་བསྒྲིགས་པ་ཡིན་ནོ།།

**རྗེ་དཔེ་རིགས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྤྲམ་གཉིས་ལས།** རོ་མོ་བདག་མེད་མ་ལ་འབྲུངས་པ་དར་  
 མ་མདོ་སྟེ་དང་། དར་མ་དབལ། བྱག་བྱང་མ་ལ་དར་མ་བསམ་གཏན། འདི་ལ་སྤྲམ་དར་  
 མ་གྲགས་བྱ་བ་སྒྲུང་ཡང་གདུང་མ་ཟིན། གཞན་བཟང་དེ། རན་ནོ། དགོ་འདུན། བྱ་རིང་  
 འཁོར་ལོ་སྟེ་ལྷ་བྱོན་ཡང་གདུང་རྒྱུད་མ་བྱུང་། རོག་མདོ་སྟེ་རྗེ་མར་པའི་སྤྲམ་སྟུན་ནི་གྱིས་  
 ལྷ་བ་པ་དེ་འདྲ་སྒྲུང་ཡང་། དེ་ལྟ་ན་རྗེ་མར་པ་ལ་རིགས་རྒྱུད་མི་འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་པ་  
 དང་། རྗེ་མར་བས། བྲགས་ཐང་གིང་རྒྱུད་ཏུ་འབྲེལ་བ་དེ། བྲུལ་བྲུལ་རྒྱུད་པ་འཛིན་པ་  
 ཡིན། ཁྱེས་རོག་ལ་གདུང་རྒྱུད་འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་པ་གཉི་ག་བརྒྱུན་པར་རྒྱར་བ་  
 བཏབ་པར་འགྱུར་རོ།།

**ཆོས་ཀྱི་སྤྲམ་ཐུ་ཆེན་བྱོན་ཆུལ་ནི།** སྤྱིར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་ཀྱང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་  
 རོག་སྟོན་ཆེན་པོ་གཤམ་རབ་ཀྱིས་མཉེས་པའི་སྤྲམ། མཆུར་སྟོན་སྤྱད་ག་བཏུལ་བས་མཉེས་  
 པའི་སྤྲམ། མེ་སྟོན་ཞབས་ཏྲག་གིས་མཉེས་པའི་སྤྲམ། མི་ལ་དད་གྲུས་ཀྱིས་མཉེས་པའི་  
 སྤྲམ་སྟེ་མཉེས་པའི་བུ་བཞི། ཡང་སྤྱུལ་པ་བྱུང་སྟོམ་ལྷ་བ་རྟོགས་པས་མཉེས་པའི་སྤྲམ་  
 སྟོན་ཞིང་། མི་ལ་ཐོད་ཀྲལ་གྱི་སྤྲམ་གཅིག་དུའང་བྱེད། སྤྲམ་མདོ་སྟེ་ལ་གྲོང་འཇུག་གི་  
 བཀའ་བབས། རྟོལ་བ་གཤག་སྟོན་ལ་སྤྱུ་ལུས་ཀྱི་བཀའ་བབས། གའི་མི་རྒྱུད་ལ་འཕོ་བའི་  
 བཀའ་བབས། རྒྱལ་ཡོང་དབལ་ལེ་ལ་རིམ་ལུང་བཀའ་བབས། དགོ་བཤེས་ཁེར་གད་བ་ལ་  
 གཞུང་བཤད་ཀྱི་བཀའ་བབས་པ་སྟེ་བཀའ་བབས་ཀྱི་བུ་ལ། གཞུང་གི་མིས་ཆོན་རྒྱུད་ལ་  
 གཞུམ་མོའི་བཀའ་བབས་ཀྱང་ཟེར།

དག་པེས་ཁེར་གད་པ་འདི་ཁེར་གད་ལོ་རྩ་པ་འཁོར་ལོ་བྲགས་ཡིན་པར་བྱེད་སྒྲུབ་  
ཡང་། དེ་ཨ་མུ་ལི་སྒྲོ་བ་མ་ཡིན་པས་རྗེ་མར་པ་མཇལ་ཅམ་ལས་མེད་པ་འདྲ་ཞིང་ཁོང་གི་ཁྱ་  
པོ་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲུབ་རོ། ཁྲོག་སྒྲུ་ལོ་རྩ་པ་འཁོར་གནས་རྒྱལ་མཚན། ཅམ་ལུང་གི་  
མར་པ་མགོ་ལེགས། ལ་ལག་གི་བ་རང་ལྷ་པ་ཅན། འཕན་ལུལ་གྱི་ཉ་མ་དཔལ་མོ་རྩེ་རྩེས་  
སྤྲུལ་ཅན་པའི། ཡང་ཁྲོག་སྒྲུ་བ་རང་གི་ཁར་ཁང་རྒྱུང་མཁར་བ་དང་། རྟ་ལུལ་བ་ལྷུང་གོང་  
དཔལ་ལོ་རྩེན་པའང་ལུགས་གཅིག་གོ།

[illegible]

དེ་ལས་རྟོག་ཏུ་ཆོས་པོ་ནི་རྒྱ་ལྷན་འདིས་མ་ཁུ་སྟོན་གྲུབ། རྟོག་མདོ་ལྗེ་འུ་མ་  
གཙུག་ཏུ་འཁྲུངས་པ་རྟོག་མ་རྒྱུ་ལ་ཁྱིམ་མེས་ཀྱིས་ཀྱང་མཉམ་བུ་སྟེ་གཙུག་ཆོས་རྟོག་  
ཆུང་གོང་མ་རྒྱུ་ཞིང་བཟུང་སྟེ་བཟུག་པ་ནི་རྟོག་ཆ་བཟུང་ཞིང་། མི་པོར་འཁྲུངས་པ་རྟོག་མ་  
ཐོགས་མེད་ཀྱལ་མ་ནས་རྒྱུ་པ་ཆོས་རྟོག་ཆུང་ཆོས་ཀྱིས་ཀྱང་འཕེལ། འདི་  
དག་ལས་པགས་རྒྱུད་ཀྱི་འཁྲུག་པ་ནི་མ་གཤམ་པ་རྟོག་ཏུ་བྱུང་ངོ་།

མཚུངས་སྟོན་དབང་གི་དོན་རྒྱུ་མཁས་དང་པ་ལུངས་པའི་བསྟན་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཅུ་སྟོན་ནས་  
བཟུང་ཤར་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་དང་། བོད་དུ་སྟོན་མ་ལས་རྒྱལ་ལ་མོག་ས་པའི་མ་ལས་པ་



སྐལ་ལྡན་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་དཔེལ་མེད་པས།།

མི་རྒྱུབ་བསྟན་པ་མཐའ་དབུས་ཀྱན་བྱུང་ཤོག།

བསྟན་པའི་དབེན་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མེད་ཅིང་།།

བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་མཐུ་མེད་རང་སར་ནི།།

འགོ་ཀྱན་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་གྱུར་པས།།

དབྱེས་མཛད་ཉེ་དུ་ཀ་དཔལ་ལྷུང་འབྱུང་ཤོག།

རྩེ་ལོ་ལྷ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་ཐར་བ་ངོ་མཚར་གྱི་གྲོང་སྟོང་བ་འདི་ནི། རྩེ་མར་བ་ཉིད་  
ལ་གསོལ་བ་བདུབ་ཅིང་། རྣམ་ཐར་མི་འདྲ་བ་བརྩམས་ལས་ལེགས་པར་བདུས་ཏེ་རྩོན་  
ནས་འདུན་པ་དང་ལྡན་པ་དུ་མས་བསྐྱལ་བ་དང་། བྱུང་པར་སྟག་ལུང་ཐང་བ་ཆེན་པོའི་གྲ་  
ཟེའི་གདུང་ལས་ས་སྟོང་བ་རོར་བུའི་མཚན་ཅན་གྱིས་བསྐྱལ་བ་དང་། བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་  
ཆེའི་བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་སྟོབས་ཀྱིས་ས་སྟོང་བ་ཆེན་པོ་སྐུ་རབས་ནས་ས་སྟོང་གསལ་  
རྒྱལ་བརྟན་པས་འབྲལ་དུ་བསྐྱལ་བ་ལས། ལོ་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་འཛིན་  
པ་དཔལ་གཙུག་ལག་ཤེང་བ། མིང་གཞན་མི་ཐམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དོན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པས་  
རང་ལོ་དུག་རྩལ་རྒྱུ་མོ་ལག་གི་ལོ་ལ། རྩེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་བྱོ་བོ་ལུང་སྟག་  
མཁར་རྒྱལ་པའི་པོ་བྲང་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུས་མི་འཕྱུར་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་  
ཆེན་པོར་ལྷུང་བར་ལྷུང་བ་ལེགས་པར་གྲུབ་པོ། །ཤར་དུ་གྲུབ་ནས་གྲང་ལན་དུ་མར་ལྷས་  
དག་བགྱིས་སོ།།

རིག་བྱེད་པ་ནི་བདུད་འདུལ་ངོ་རྩེ་དང་། རིག་རྒྱལ། བཟུང་དགོས། བཟུང་ལེགས། དགོས་དགོས་དང་། ཆོས་  
དབང་ངོ་རྩེ། རྩེ་རྩེ་བསམ་འབྱུང་སྟགས། མཆེད་པོ་བརྒྱུད་གྱིས་རྣམ་རྒྱལ་ཅི་དུ་བསྐྱབས། དགེ་བས་བྱ་མེད་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་  
ཐོབ་ཤོག །།མཛྲ་ལོ།།

དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་སྤང་བའི་རང་རྒྱལ།

༄༅། །རང་གི་རྟོགས་པ་བརྟོན་པ་ལུའ་པའི་བཞིན་རས་  
འཆར་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

རིགས་བདག་བཙུག་ལྟ་བུ་འདས་མི་སྦྱོང་ཞབས་ཀྱི་པདྨ་ལ་གྲུས་པས་རྟག་ཏུ་བྱུག་  
འཆལ་ལོ།།

བདེན་པའི་སྐྱེ་གསུང་བྱགས་གྲུབ་བདེན་པར་གསུང་། །བདེན་པ་མཐར་ཕྱིན་བདེན་  
པའི་ལམ་གྱིས་དགྱི། །བདེན་པའི་མཐར་ཕྱག་མི་སྦྱོང་ཞབས་བཏུང་ནས། །རང་གི་རང་  
ཚུལ་བདེན་པར་བྱི་བར་བྱ། །དོ་མཚར་གཏམ་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་བདག་མ་ཡིན། །རླུང་ཏུ་  
སྐྱས་ན་རང་གཞན་གཉི་ག་ཉམས། །མངལ་ནས་སྐྱེས་པ་ཙམ་ཞིག་ཀྱན་གྱིས་ཤེས། །སྤིང་  
པ་གྲུབ་ཚུལ་བརྟོན་ན་ཉ་ཅང་མངས། །དེང་སང་གྲུབ་རྟགས་མཛོན་སུམ་སྟོན་རྒྱུ་དང་། །  
སྐྱུལ་བར་གྲགས་པས་ས་སྤྱང་གང་བའི་དུས། །བདག་ཚུལ་རན་པ་ཐ་གལ་འདི་བརྟོན་  
པས། །ཀུན་གྱིས་བརྟན་པའི་གནས་ལས་གཞན་ཅིར་འབྱུང་། །འོན་ཡང་རྟོན་བཀུར་  
གྲགས་པ་རྒྱན་ཆད་ན། །ཆོས་ཀྱི་གོགས་སོལ་ཐར་འདོད་བསམ་པ་གྲུབ། །རང་རྒྱུད་བྱང་  
ཚུབ་ལམ་དང་མ་འགལ་ན། །འགྲོ་ཀུན་དོག་པས་བདག་ལུས་བརྩིས་ཀྱང་སྤྲ། །ཆོ་འདིའི་  
ཆེ་ཐབས་ཙམ་ཞིག་ཁོ་ནའི་སྤྲ། །མི་ཆོས་སྤྲ་མའི་རླུང་ཆེན་སྤྲ་བྱེད་ཅིང་། །ཡོན་པོའི་སྤྲ་  
ཅན་མཚམས་ཀུན་ལས་འདས་པ། །དེ་འདྲར་བདག་སོགས་ནམ་ཡང་མ་སྤུང་ཅིག།

དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་དེང་སང་གྲུབ་པའི་བསྟན། །སྟོན་སྤྲ་ཐ་མའི་མེ་རྟོག་ལྟ་བུར་གྲུང་། །ཆོག་  
གི་བསྐྱག་ལུང་ཙམ་རེ་མ་གཏོགས་པ། །གསུང་རབ་པལ་གྱི་བཤད་རྒྱན་རྒྱབ་རྒྱན་

ཉམས། །རྒྱུད་དབང་གདམས་ངག་པལ་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཡལ། །མན་ངག་ཐམས་ཅད་ཆོང་  
 ཏུས་འོ་མར་སོང་། །རང་ག་ཆོའི་ཆོས་ཟབ་སར་བྱུང་གུངས་མང་ཡང་། །པལ་ཆེར་དམུས་  
 ལོང་མིག་འབྱེད་མཁན་ལྟར་མཐོང་། །ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་ལྟར་སྤང་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་། །  
 པལ་ཆེར་ཆེ་འདིའི་ཟང་ཟིང་སྒྲུབ་ཆེད་འདྲ། །ཟས་གོས་མེད་རྣམས་པལ་ཆེར་ཆོས་སྒྲོར་  
 འཇུག་ །ཆོས་པ་རྣམས་ནི་སྡེ་དཔོན་འདོད་ནས་གཡེངས། །ཐུགས་རྣམས་ཅེད་མོའམ་གྲོང་  
 ཆོག་རྒྱ་རུསོང་། །ཁྲོག་པོ་མང་ཞིག་ནི་ཆོའི་ཆོག་འདྲར་ཟད། །ཏུས་འདིར་བདག་འདྲ་ངན་  
 པའི་སྦྱོད་རྒྱལ་ནི། །བྲི་བས་ཅི་བྱ་བྲིས་ཀྱང་སྤུ་ལ་པན། །ཐམ་ཐོམ་ཀུན་གྱིས་རྣམ་ཐར་  
 བཀའ་འབུམ་བྱེད། །འདི་འདྲ་བྱལ་བསྟན་ལྟུང་འགྱུར་ལྟས་ཀྱང་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་བདག་ཉིད་  
 བྲི་བར་མི་མོས་ཀྱང་། །ནམ་གྱིས་སྤྱིར་བསྐྱུལ་པོ་དག་གི་དོར། །སྦྱོན་སྤྲས་ཡོན་ཏན་ལྟར་  
 སྤང་གང་རྟེན་འགོད།

འདི་ཡང་ཡོན་ཏན་དཔག་ཡས་ཅིག་ཡོད་ནས། །གསངས་སོ་སྒྲུམ་པ་འགོག་བྲིར་ཁོ་ན་  
 ཡིན། །བདག་ཡུལ་དུ་ཕྱི་སྡེ་ཐང་ཞེས་བྱ་སྟེ། །ཏུས་ནི་ཤར་གྱི་སྟགས་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན། །  
 རིགས་ནི་རྒྱལ་རིགས་རྒྱལ་སྡེ་དེ་ཉམས་གྱུར་ནས། །རྗེ་འུར་ལྟར་བ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་  
 གཉིས། །དུལ་པོ་ཆོས་ལྟན་དད་ཅན་ཞིག་ཡིན་ནོ། །སྦྱོན་ཆོ་རྣལ་འབྱོར་དབང་ལྷུག་དམ་  
 པ་ཅིག་ །མཚན་ནི་ཆོས་དབང་ལྷན་གྲུབ་ཅེས་བྱ་བ། །མདོན་ཤེས་ཐོབ་ཅིང་བརྟུལ་ཞུགས་  
 གྲུབ་པ་བྱུང་། །དེ་ལ་གཞན་གྱིས་དཔལ་པོའི་མཚན་དུ་བསྒྲགས། །བྲི་ནས་སྦྱོར་རས་  
 གཟིགས་དབང་བདུན་པའི་བཀའས། །དཔལ་ལྟན་པོ་པོ་ལྟར་སྤོང་ཁྱིམ་བཞུགས། །ལོ་  
 འགའ་ཞིག་ན་སྦྱང་ན་འདའ་ཉེ་ཆོ། །ཉི་འོག་དུས་གྱི་དུས་གཡོར་གཉིས་སུ་བྱོན། །རྒྱལ་བ་  
 འཇིག་རྟེན་དབང་པོའི་ཞབས་བྲི་ནི། །དུ་ཕྱི་བསྐྱམས་ནས་བཟུང་སྟེ་ཞག་ཟུང་མཛད། །  
 སྟེ་ཐང་མཁར་ནག་ཐང་ཏུ་གདན་ལེབས་ཆོ། །རྣལ་འབྱོར་དབང་ལྷུག་དོ་རྗེའི་ཉམས་ལུང་  
 སྟེ། །ཡང་ཆེར་བཟུང་མེད་པའི་སྦྱོད་མང་མཛད། །དེ་ནི་བདག་རང་ཅི་བདེའི་གནང་བ་  
 སྦྱོལ། །ཁྱོད་སྦྱོར་བདག་ལ་རིང་ཞིག་ཏུ་གཟིགས། །བདག་གི་ཆབ་མར་འདི་ཉིད་སྒྲོས་



ཅིག་ཞེས། ཉིད་སློབ་མཁས་གྲུབ་སངས་སློབ་ཕྱག་ནས་བཟུང་། ཉེ་ལྷར་གསོལ་བཏབ་  
 འདེལ་བར་བཞེས་ནས། རྫོང་རྗེའི་སློབ་འགྲོས་ཕྱགས་འབྲུང་ལུར་བཞིན་པས། ཉིད་ཀྱི་  
 གཟིམས་གྲུར་ནང་བྱོན་ཞག་གསུམ་དུ། བསྐྱེན་པའི་ཚུལ་མཛད་ཚུ་ལག་གོ་བཞིན་ཟླའི།  
 ཆེས་བཞིའི་ཐོ་རེངས་གཟུགས་སྒྲུའི་གཡོ་བ་བསྟུས། འཇའ་ལོད་མེ་ཉྱག་ཆར་སོགས་ཀྱིས་  
 བསྐྱལ་སྟེ། ལུལ་དེའི་མི་རྣམས་བསྐྱོར་མཆོད་བྱ་བྱིར་འདུས། ཆེས་བརྒྱད་ཉིན་གྲུང་དུས་  
 ལ་བབ་པའི་ཆེ། བདག་གི་མ་ཡིས་ཆོགས་འཁོར་ཁྱེར་ནས་ནི། འུ་ཞིང་ག་དུང་ཞལ་  
 མཇལ་བར་གསོལ་བཏབ་ནས། ཡོལ་བའི་བར་ནས་སྤྱི་ཤོས་གཏུགས་པའི་མོད། ཐུགས་  
 དམ་འཕྲོས་པའི་རྣམ་པ་གསལ་ལུང་བས། འདི་ལས་སྐྱ་སྐྱེ་འབྲུང་ཞེས་ཁ་ཆོན་བཅད། ཁྱི་  
 བ་ཟས་སོགས་ལ་འཛོམས་ཅེས་དག་ཡང་བསྟོས། གཅིག་ནས་གཅིག་བརྒྱད་མང་གིས་  
 བློང་བར་གྱུར།

དེ་ནས་ཟླ་དགའ་བོ་བཅུ་འདས་པ་ཡི། ཤིང་ཕོ་བྱི་བདེ་བྱིད་ཐ་ས་གའི་ཟླ། ཟླ་བ་ལྷར་མ་  
 ལྷན་ཅིག་སློབ་པའི་དུས། བདག་ནི་ཕུད་མེད་དེ་ལས་བཅོས་གྲུར་པས། ཀྲུན་གྱིས་བླ་མ་  
 དེ་ཡི་སྐྱ་སྐྱེར་བསྐྱགས། ལ་ལས་གོང་འཇུག་བྱས་ཅེས་སྟོག་པའང་བྱུང་། མིག་ནི་མ་ཟུམ་  
 བྱེ་བར་སྐྱེས་ཅེས་གས། ཁིང་པོར་མ་ལོན་དག་ཡང་བྱེ་གྲུར་སྟེ། དག་དུ་སེམས་ཅན་རྣམ་པ་  
 ལྷ་ཆོགས་ལ། བྱིས་པས་འགོ་དོན་རྣམས་པར་གོག་ཞེས་པ། འདི་ནི་གཏམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་  
 བོ་སྟེ། བྱིན་ཆད་ལོ་གངས་བཞི་ལྷ་ལོན་གྱི་བར། དག་དུ་པལ་ཆེར་འདི་ཉིད་ཟེར་བར་  
 གས། ཕུང་ཟད་ལོན་ནས་གསྟོབ་ཆེ་ཕྱན་ཀྱང་། ཁ་ཅིག་ལོམ་བུ་བསོད་སྟོམས་སློབ་  
 ཚུལ་དང་། ཆོང་དང་སྟོག་མཁན་སོགས་སུ་གཟུགས་བསྐྱར་ནས། དུ་མས་བརྟགས་ཆོ་  
 བོས་འཛོན་ལན་མང་བས། བཅོམ་མེད་པའི་ཡིད་ཆེས་སྐྱེས་སོ་སྟེ། དེ་ཆོས་སློབ་དོན་  
 ཡོད་དོ་རྗེའིས། དཔུ་ཁལ་སྟུང་པའི་བཀྲ་བས་བཟུང་དག་ལ། བརྟག་པར་བསྐྱོས་ནས་དེ་  
 དག་གིས་ཤོས་སྟེ། རྩོད་རིག་ཆོང་ལུལ་དུ་མ་བྱས་པའི་ཆོ། ཉམ་ང་མེད་ཅིང་སྐམ་པའི་  
 ལན་བཏབ་ནས། རངས་པར་བྱས་ཅེས་བྱི་དུས་གཞན་ལས་ཐོས། རྩོད་དཀར་གས་བ་

དང་མི་ནག་ལྟ་བུ། །འབྲུག་པའི་སྤྲ་མ་བསམ་གཏན་པ་ཅེས་པས། །བཀྲ་ཤིས་གླིང་ཞེས་  
བྱ་བར་བོས་པའི་ཆོ། །མ་ཡི་པར་པར་ཁྲོས་པའི་བཞིན་གྱིས་འདུག། །དྲོ་ལ་བབ་ནས་སྤེར་  
གཏན་བེམས་པའི་ཆོ། །གོག་པོ་བྱས་ནས་སྤེར་གཏན་ཀྱན་བརྩས་སྟེ། །བཅེགས་པའི་སྟེང་  
ཏུ་སྦྱིལ་གྱུང་གིས་འདུག་ནས། །དགའ་ཞིང་འཇུམ་པས་གཟི་ལྡན་ལྟོ་སྐད།།

གཞན་ཡང་བྱས་པ་གོག་པོ་དགྱིད་ཅམ་ནས། །སྟོང་པ་མཐོང་ན་གང་ཟེན་ཡང་ཡང་  
སྟེལ། །དེ་སྟོང་གཡུལ་ཁར་ཁོང་གིས་མི་འབྱེད་སྐད། །སྟིང་རྩེ་ཆེ་བས་ཕྱོག་ཆགས་གཞོད་  
མི་བྱེད། །དཀོན་མཆོག་རྟེན་ལ་གྲུས་ཅིང་མཆོད་པར་གྲགས། །ཁྱེད་པར་སྟོབ་དཔོན་པོ་  
ལ་གྲུས་སྟེ། །བྱས་པ་དུས་ཆོས་ཐ་སྟངས་མི་ཤེས་ཆོང་། །ཆོས་བརྩན་མ་ཡིན་སྟེ་བར་ལངས་  
ནས་ཀྱང་། །དེ་རིང་ཆོས་བརྩ་ཡིན་པས་གཏོར་ཆོགས་གྱིས། །ཅེས་བསྐུལ་ཅིང་མོའི་གཏོར་  
ཆོགས་རང་ཉིད་ཤོས། །ཆོགའི་རྣམ་འགྱུར་ཆོག་བཅས་བྱེད་ཏོ་སྐད། །དེ་བྱིར་ཆོས་བརྩའི་  
ཆོས་གངས་མ་ངས་པའི། །ཕྱི་མི་ཀྱན་ཡང་བདག་ལ་འདྲི་བར་གྲགས། །དེ་དག་འགའ་ཞིག་  
ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་། །རིགས་ཀྱི་མཚན་མ་ཕྱ་མོ་ཡིན་པར་གོ། །དེ་ནས་ས་སྟོང་དོན་  
ཡོད་རྟོ་རྟེ་ཡིས། །སྤྲ་ནས་བདག་ཅག་ (བདག་དང་བདག་གི་མ་ཁུར་རྩེ་སྤྲ་མ་བསམ་འབྲུབ་དག་སྟོང་གྲུབ་པ་  
དང་དག་སྟོང་ཆོས་དབྱིངས་པ་སྟེ་རིམ་གྱོ་བ་གཉིས་རྣམས་ཡིན། མཚན།) དུ་མའི་འཆོ་བ་སྦྱར། །ལོ་ལའི་བར་  
དུ་ཡུལ་དང་ཉེ་བར་འདུག།

དེ་ཆེ་ལྟོ་རྒྱུད་ཤར་ཕྱོགས་གནས་ཤིང་ཏུ། །དགེ་བསྟེན་ཆ་ལུང་བྲག་བཙན་ཞེས་བྱ་  
བའི། །སྟོན་གྱི་དགོན་གནས་སྟིང་པའི་གཞི་བདག་ཞིག་ །མི་ལ་བབས་ནས་རྩུབ་འགྱུར་སྟེ་  
ཆོགས་བྱས། །སྤྲོ་ལ་ལུང་བསྟན་མང་བོ་བྱས་པའི་ཞར། །སྟེ་ཐང་རྒྱ་མོ་གོང་ཞེས་བྱ་བ་  
ན། །ད་ལྟ་ནལ་འབྱོར་རོལ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད། །ཁོ་བོ་ཉི་ཟེར་འདི་ལ་སྦྱར་འདྲིན་འདོད། །  
ཁྱེད་རྣམས་སྦྱར་དུ་སྦྱར་འདྲིན་མི་བྱེད་ན། །ཞིང་ཁམས་ཉེ་བའི་གནས་འདིར་སྟོ་འོ་སྐད། །  
ཁྱེད་དེས་བསྐུལ་སྟེ་ལྟོ་ཕྱོགས་རིམ་པས་བོས། །ལམ་དུ་ས་སྟོང་དོན་ཡོད་རྟོ་རྟེ་རྟེ་

བཀའས། །བསྐལ་ཉེ་སྤྱི་སྤྱད་ལྷན་པོའི་ཅེ་རུ་བྱིན། །མི་དབང་སྤྱི་ཚལ་འདུག་པའི་མདུན་  
 ཏུ་བྱིད། །རང་ལའོར་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་ལ་བསྐལ་བའི་ཆོ། །ཁོ་ནི་བྱིས་པ་ཉོར་འདྲ་ཡིན་པ་  
 ཉེ། །ང་ནི་བཙུན་པའི་སྤྱི་མ་ཡིན་པས་ན། །ཕྱག་མི་བྱེད་ཅེས་ནན་ཏན་སྤྱི་བར་བྱས། །སྤྱི་ར་  
 ཡང་རང་ལའོར་རྣམས་ཀྱིས་ཆེར་བསྐྱེགས་ནས། །ཕྱག་གི་བད་ཅམ་བྱས་ཆོ་དམ་ཆོག་གི།  
 ཐལ་མོ་སྦྱར་ཆོ་ཐལ་མོ་འདྲ་འདྲ་ཞེས། །ཁོང་ཅག་རྒྱལ་སྤོན་ངོ་མཆར་གད་མོ་བྱེད། །  
 ཁོང་གིས་བདག་མཉམ་བྱིས་པ་འགའ་བྱིད་ནས། །འདི་ནི་དབང་པོའི་སྤྱི་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས། །  
 བདག་གི་བྱང་རུ་དྲུག་གི་བར་བརྩམས་པའི་ཆོ། །དེ་དག་བཀའ་སའི་གལ་དུ་ཉེ་བ་ན། །  
 དངངས་ཅིང་རུས་ཉེ་དྲུག་གི་བར་མ་རུས་སོ། །དག་ཚུལ་གཞོན་རུ་རྒྱང་རུ་འགའ་བ་གིས་ཉེ། །  
 འདི་དག་ཁྱོད་ཀྱི་སྤོན་ཀྱི་སྤོན་པ་ཡིན། །ངོས་འཛིན་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས་ཅེས་ཟེར་བའི་ཆོ། །  
 འདི་རྣམས་བདག་གིས་ངོ་མི་ཤེས་ཅེས་སྤྱིས། །དེ་སོགས་ཉམས་སད་རུ་མས་ཅོ་དྲིས་  
 གྱང་། །བདག་གི་སེམས་རྒྱུད་གཡོ་བར་མ་རུས་པས། །བསྐྱེགས་པ་ཆེར་བཞོད་ཟང་ཟང་  
 མང་བྱིན་ཉེ། །བྱིན་ས་གདོང་གོགས་ཐམས་ཅད་དེད་དཀྱིད་ཅེས། །ལམ་བར་དུ་ཡང་མི་  
 སྤྱི་བཙུན་ཉེ་མངགས།

དེ་ནས་གཡོར་འཕྲོས་ལྟོ་ཤར་རྣམས་བརྒྱུད་ནས། །ལྟོ་ཕྱགས་སྤྱགས་སྤྱིད་ཞིང་གི་རུབ་  
 ཀྱི་ཆ། །བཀའ་བརྒྱུད་རུ་བོའི་བཀའ་བབས་ཀྱན་གྱི་མགོ། །དབལ་ལྷན་དྲོ་བོ་ལུང་གི་གདན་  
 སར་བྱིན། །དེ་རྣམས་ཀྱན་རུ་འདེམ་ཤེས་སྤོན་མོ་དང་། །སྤོན་གྱི་ངོས་འཛིན་རུ་མ་བྱས་སོ་  
 ཞེས། །རྒྱུར་མཐོང་སྤྱོད་རུ་མ་མགྲུ་བར་གྱུར། །མོས་གུས་མཐར་བྱིན་ཤུག་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་དང་། །  
 མཐས་ཅིང་གུབ་པ་སངས་རྒྱས་སྤོན་གོས་ཉེ། །གཟུར་གནས་སྤྱིས་བྱང་མ་པ་འདི་གཉིས་  
 ཀྱིས། །བདག་གི་སྤྱི་མའི་སྤྱི་པ་ཁྱོད་ཉིད་ཅེས། །ཁྱེད་པར་ཆེད་ཏུ་ནན་ཏན་བདག་གིར་  
 མཛད། །ཆོས་དང་ཟང་ཟང་རུ་མས་ལེགས་བསྐྱེད་པས། །བཀའ་དྲིན་མྱོང་རྒྱུ་བར་བྱི་  
 བས་རིག །ཁྱེད་པར་རྗེ་བཙུན་ཤུག་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ལ། །བདག་གིས་ཞབས་ཏོག་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་  
 པས། །དེང་སང་སེམས་ལ་བྱེད་བར་བདོག་ན་ཡང་། །ཅི་རུས་དམ་ཆོས་སྤྱི་བ་ལས་ཐབས་

མ་བརྟེན། རྒྱུ་མཚན་དེ་དག་ཙམ་ཞིག་ཁོ་ན་ལས། བདག་ལ་སྐྱེས་ཀྱི་མིང་དུ་བྲག་ས་པ་  
 རྟེ། རྫོན་གནས་གསལ་བ་ཅི་ཡང་མ་དཔྱད། འོན་ཡང་རྫོན་གྱི་གྲུ་སྒྲོབ་ཡོན་བདག་  
 སོགས། དུ་མ་གསལ་བར་མིང་ནས་བརྗོད་སོགས་དང་། ཡོ་བྱད་ལྷག་ཆད་ནོར་འཁྱུལ་  
 སེལ་བ་དང་། མཁུར་མ་ལེན་དང་ཆོས་འབྲེལ་འཆད་པ་ནི། གཞན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་  
 ཐོགས་མེད་འབྱུང་བ་སོགས། ཡམ་མཚན་ལྟར་སྤང་མང་ཞིག་བྱུང་སྤང་སྟེ། ཡང་ན་རྟོག་  
 མེད་ཤེས་པའི་ངོར་གར་རམ། ཡང་ན་ལྷ་འཇམ་བདུད་གྱིས་བརྒྱུ་མས་པ་འཇམ། ཡང་ན་དཔྱ་  
 བས་ཕྱིན་ཆད་བརྗོད་བྱུར་ཏམ། ཅི་ཡིན་གང་ཡང་བདག་གིས་མ་འཆལ་དོ།

དེ་བཞིན་སྐྱེ་བ་ཡང་སྤྱི་ལོ་ཆོགས་ཀྱང་ནི། རྫོན་གནས་དཔྱ་བའི་མངོན་ཤེས་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། བདག་གིས་དཔྱ་བ་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་སོ། གཞོན་པའི་དུས་སུ་ཉམས་སྤང་ཡངས་  
 ཐབས་སུ། ཅེ་ཀུན་གངས་འིའི་སྤང་བས་བསྐྱོར་བ་ཡི། འི་པོའི་སྒོ་ལ་ལུང་སུལ་གར་ལྟ་  
 བ། སྤང་སྤྱོདས་མེ་རྟོག་བཀྲ་ཞིང་ནགས་སྤུན་ཅན། འི་དྲགས་དུ་མ་བག་ཡངས་རྒྱ་བ་  
 ཡི། བྱང་གི་ངོས་སུ་བྲག་སྐྱག་བདེ་བའི་ནང་། རང་ཉིད་གཅིག་ལུར་བསམ་གཏན་དཀྱིད་  
 པའི་ཚུལ། སྐྱོ་ཞིང་དགའ་ལ་ཤེས་པ་གསལ་བ་ཞིག ཡང་ཡང་གསལ་བའི་རང་དུ་ཡངས་  
 ཐབས་འགོ། འེས་འགའ་ཐང་ཡངས་ལག་ཐེལ་ལྟ་སུལ། བྲགས་ཚལ་མཛེས་པ་ཤང་  
 བར་བཀོད་འདྲ་ཞིང་། རྩོགས་འགར་སྒོས་ངད་ལྗང་འདྲའི་སྤང་རི་སྒོ། མཐོ་མཛེས་སྤྱིང་  
 གི་སྤུན་པ་སེལ་བ་བཞིན། འི་ངོས་བར་བར་བྲག་རི་རྫོན་པོ་ནི། ལྷན་ལ་རྫོན་པོ་སྤྱངས་  
 པའི་སྤང་པོ་བཞིན། བར་བར་དང་བའི་རྒྱ་མཚོ་མཛེས་པ་ནི། ཏ་ཅང་ཆེ་དང་རྒྱང་བ་མ་  
 ཡིན་པ། བེདྲུཅ་ཡིས་མེ་ལོང་ཕྱིས་པ་བཞིན། ཉེ་ལ་ལྷན་ལ་དང་བསྐྱུ་ཡི། མེ་རྟོག་རྒྱས་  
 པས་ཀུན་ནས་ཁེབས་པ་ནི། བམ་མཁའི་ངོས་ལ་གཟའ་སྐར་བཀྲ་བ་བཞིན། ལྷ་ཆོགས་  
 རྒྱ་བས་ཀུན་ནས་མཛེས་པ་ནི། གཡོ་བའི་རིན་ཆེན་གཙལ་དུ་བཀྲ་མ་བ་བཞིན། རྒྱ་སྐྱེས་  
 མགྲིན་པ་ལྟོ་རྒྱང་གིས་བསྐྱོད་ཆོ། ལྷ་ཡི་སྤྱོད་མོ་བྲོ་གར་བྱེད་པ་བཞིན། བམ་མང་རི་དགས་  
 ཅེ་ཞིང་བག་ཐེབས་པ། འཁྱུལ་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་རྒྱུ་པར་གཡོ་བ་བཞིན། རྫོན་གིང་

བཟང་རྒྱལ་མེ་ཏོག་དོག་པ་དང་། །མང་ཞིག་འབྲས་བུ་བཟང་པོས་དྲུང་པ་ནི། །རྫོགས་  
ལྷན་སར་དུ་བྱུང་བའི་ལྷོན་པ་བཞིན། །དེ་ལྟར་ཡ་མཚན་དཔག་མེད་ལྷན་པ་ཡི། །དབེན་པ་  
དབེན་པ་མཚོག་གི་རི་ཡི་སྤྲུལ། །ལྷོན་གིང་དྲུང་ན་ལོ་མའི་སྤྲུལ་པོའི་ནང་། །གིང་ལྷན་གོས་  
ཁྱོན་བསམ་གཏན་དཀྱིད་སྒྲུལ་བྱེད། །དགའ་དང་སྦྱོང་བ་དུས་གཅིག་འཕེལ་བྱེད་པ། །དེ་  
ལྟའི་སྤང་བས་རིང་དུ་ཡེངས་པ་བྱུང་། །གཞན་ཡང་དེ་ལྟ་མང་ཞིག་བྱུང་མོད་ཀྱང་། །དེ་ཡི་  
མོད་ལ་ཉམས་སྤང་སད་པའི་ཚེ། །ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་རྟོག་པས་མི་དྲན་པར། །ཡིད་ལུལ་  
མལ་མལ་བྱེད་པ་ཁོ་ན་བྱུང་། །དེ་དག་ལྷོན་སྤྲུལ་ཞིག་གི་བག་ཆགས་སམ། །གནས་སྐབས་  
ཅ་རྒྱུང་འདུས་རྒྱལ་ཅམ་ཞིག་གས། །ཅི་ཡིན་རང་གིས་འཚལ་བར་མ་གྱུར་རྟོ།།

སྤོན་ཚེ་རྒྱལ་འབྱོར་དབང་ཐུག་དཔའ་པོ་ཡིས། །སྤོན་གནས་དུ་མ་དྲན་པར་ཞལ་འཆེས་  
ཅིང་། །ཡིད་རྟོན་གཏན་ཚིགས་བཅས་པ་འགའ་སྤྲང་མོད། །ཨ་འབྲས་འཛིན་རྟོག་རགས་  
པ་ཞི་གུར་ནས། །ཉིང་འཛིན་གེས་པ་ལས་རུང་གུར་པ་དང་། །རྫོང་ཐོག་པའི་ལྷོང་བ་  
འདྲེས་པའི་ཚེ། །སྤྲུལ་ཡི་དམ་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་དང་། །དུས་གསུམ་རིགས་དུག་ལ་  
སོགས་རྒྱལ་མང་པོ། །དབྱེར་མེད་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་མཐོང་བ་དང་། །བདག་ཉིད་དེ་དག་  
ཡིན་པར་མཐོང་བའང་འཆར། །རང་ཉིད་རི་དང་ལྷོན་གིང་དུ་མཐོང་དང་། །རི་ལྷོན་བདག་  
ཉིད་ཡིན་པར་མཐོང་བའང་ཡོད། །མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་མཐར་ཐིན་མི་ལ་ཡིས། །རྒྱལ་  
འབྱོར་ཉམས་ལ་ཅི་ཡང་འཆར་ཞེས་གསུངས། །དེ་ཚེ་དེ་དེའི་སྤྲེལ་བར་ཁས་ལེན་པའི། །རྒྱལ་  
འབྱོར་པ་འདི་གིན་དུ་མང་ན་ཡང་། །གཅིག་ཏུ་ཡིད་བརྟན་རུང་བར་མ་མཐོང་ངོ་། །སྤོབ་  
མས་སྤྲུལ་མའི་རྒྱལ་འབྱོར་རབ་གོམས་ཅིང་། །ཅུང་ཟད་སྤངས་རྟོགས་མཐོ་བར་གྱུར་པ་  
ན། །སྤྲུལ་དེ་ཡིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཐིམ། །དེ་ཡི་སྤྲུལ་པའམ་སྤྲེལ་བར་གྲགས་པའང་  
ཡོད། །རྒྱལ་སྤྲུལ་གཞན་དོན་རྒྱབས་ཆེན་སྦྱོང་བ་རྒྱལ་ས། །གཏུལ་བྱ་འདུལ་པའི་དགོས་  
པའི་དབང་མཐོང་ནས། །རང་ལས་སྤངས་རྟོགས་མཐོ་འམ་དམའ་ཡང་རུང་། །རྒྱལ་སྤྲུལ་  
གཞན་གྱིས་སྤྲེལ་བ་ཡིན་རྒྱལ་སོགས། །སྤྲེལ་ཚོགས་ཐབས་གྱིས་འགོ་བ་འདུལ་བའང་

གསུངས། །དེ་བཞིན་ཟས་ནོར་ཅམ་རེ་སྒྲུབ་པའི་སྤྲད། །ཁས་ལེན་མི་ལེན་གྱ་ཞིག་ལེན་  
པའང་མང། །སྒོན་གནས་དྲན་པའི་མདོན་པར་གཤམ་པ་ཡང། །བར་དོའི་སྒྲུབས་དང་བྱི་  
རོལ་དང་སྤྲོད་དང། །ཉན་རང་རྒྱུས་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་སེམས་དཔལ་དང། །བྲུབ་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་ཀླན་ལའང་ཡོད་མོད་གྱི། །རེ་རེའང་ཁྱད་པར་མཐའ་ཡས་ཡོད་པར་གོ། །དེ་སྤྲད་  
གཅིག་དུ་ཡིད་རྟོན་མི་སྤྲོའོ།

དེ་ནས་རང་ལོ་དྲུག་པའི་དོ་ཤར་ནས། །ལོ་ངོ་གཉིས་སྤྱད་བཅན་པར་མཚམས་བགྱིས།  
ཉེ། །སྒྲུ་མ་རྟོགས་ལྡན་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །ཀ་ཁ་ནས་བཟུང་ཡིག་འབྲུགྲོག་པ་  
བསྐྱབས། །ལྟེ་ངག་མི་བདེ་གཤམ་རབ་འབྲིང་གྱུར་ཡང། །སྒྲོ་བ་པ་འདུར་པས་བསྐྱུག་པ་བྱུང་  
གྱུར་ནས། །བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་གྲུ་ལྷ་སྤྲད་པ་དང། །མཚན་བརྗོད་དོ་རྟ་ལག་མོའི་ཆོག་  
ཉེ། །འདི་དག་བསྐྱུག་ཆོས་ཁོ་ན་བྱས་པ་ཡིས། །སྒོ་ལ་བྱུང་བ་ཉིད་ཏུ་རྒྱུད་པར་གྱུར། །ཕྱི་  
དུས་མི་ཉའི་རྣམ་ཐར་ཆེ་བ་དང། །ཟབ་མོའི་ནང་དོན་གཞུང་མང་ཉིན་བཞིན་དུ། །  
བསྐྱུགས་པ་ཁོ་ནས་སྒོ་ལ་རྒྱུད་པ་ཡིན། །དེ་དག་ཡི་གེའི་དོན་ཡང་ཅུང་ཟད་གོ། །ཁྱེད་དེས་  
སྒྲོ་དང་རེས་འགའ་སྟེང་རྩེ་ཡིས། །ཡུན་རིང་བར་དུ་དུ་བས་འདའ་བའང་བྱུང། །ཁྱད་པར་  
བརྒྱད་སྟོང་པ་ཉིད་ཆར་རེ་དང། །སྤྲུལ་ཆ་གཅིག་རེ་ཉིན་རེས་ཐོན་པར་གྱུར། །དེ་དུས་སྤྱི་བ་  
པ་ཅུང་ཟད་དག་གྱུར་པས། །དུ་སོགས་རྟོགས་སྤྲང་དུ་མ་འབད་མེད་བྱུང། །ཁྱད་པར་ཐིག་  
ལེ་ཐིག་སྤན་ལུ་གྱུ་རྒྱུད། །བར་སྤྲང་ཐམས་ཅད་ཆོད་པ་རྟག་ཏུ་ཤར། །ཅི་ཞིག་ཆོད་ཐིག་ལེ་  
ཐིག་སྤན་རྣམས། །ཁ་དོག་སྤྲུ་ཆོགས་སྤྲ་བའི་ནང་རོལ་ནས། །ལྷ་དང་ལྷ་མོའི་གཟུགས་  
བརྒྱན་རབ་མཛེས་པ། །ཁ་དོག་སྤྲུ་ཆོགས་དར་གྱི་ཤམ་ཐབས་ཅན། །གཏུགས་དང་རྒྱལ་  
མཚན་བ་དན་མང་ཐོགས་པ། །རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་མང་མཐོང་ནས། །དེ་ལ་ཉྱད་  
མོ་ཆེ་སྤྲུལ་ཡིད་རབ་དགའ། །ཞག་འགའ་ནས་ནི་དེ་དག་མི་སྤྲང་བར། །ཐིག་ལེའི་ནང་དུ་  
གོ་མཚན་གྱིས་སྤྲས་པ། །སྤྲེས་པ་གཡུལ་ངོར་ཆས་འདྲ་མང་དུ་མཐོང། །ཅི་ཞིག་ནས་ནི་དེ་  
དག་རྣམས་གྱིས་མཚོན། །ལྷན་ཅིག་བདག་ལ་རྟེན་པ་ཉིད་མཐོང་ནས། །སྤྲུག་ཞིང་དངས་

སྟེ་བརྒྱལ་ནས་སྤིང་རྒྱུར། །དེ་དག་ལམ་རྟགས་སྒྲ་མོར་འདུག་ན་ཡང་། །ཉམས་ཅན་  
དགེ་བའི་བཤེས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པས། །གོང་མའི་ལམ་དུ་དབྱགས་ཕྱིན་མ་ལྟར་རྟོ།།

ལོ་དྲུག་ཆེན་ལོངས་འཛིན་ཤུག་ལས། །བྱུང་བ་ཆེད་བར་སྤྲས་མཁར་ཆོས་དྲུག་གི།  
གཏུམ་མའི་ཞོར་བྱིད་ཨོ་རྒྱུན་གླིང་བ་ཡི། །གཏེར་མའི་ཐང་ཡིག་ཐོ་ཐིང་བཀའ་ཆེམས་  
རྣམས། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཅམ་དུ་ཐོབ།།

ལོ་བདུན་ཆེན་འཇམ་དབྱངས་གཉིས་བ་ནི། །དཔལ་ལྡན་འཆི་མེད་ཞབས་ཀྱིས་རྗེས་  
བབྱང་ནས། །དག་སྒྱུབ་ཐིང་གའི་དབང་དང་ཆེད་བར་སོགས། །ཆོས་དང་ཟིང་ཟིང་བཀའ་  
དྲིན་དུ་མ་མཛད།།

ལོ་བརྒྱད་ལོན་ཆེས་སྦྱོང་དོན་ཡོད་པས། །མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་རྣམ་པ་མང་པོ་ཡིས། །  
མཆོད་ཁང་གོང་ལོག་མཆོད་པར་བྱ་བྱིར་དང་། །བདག་ཡང་རབ་རྩ་འབྱུང་བར་བསྐྱལ་བའི་  
སྒྲ། །སྒྱ་མེར་སྒྲེལ་མ་ལའོར་བཅས་མངགས་ཏེ་བྱུང་། །དེ་ཆེ་གང་ལ་མཁན་པོ་ཞུ་འོས་  
ཅེས། །སྒྲར་ལ་ཐོ་ཉ་གིང་བར་བྱས་བ་ན། །རྒྱ་མཚན་དུ་མས་དོགས་བ་བསལ་བའི་  
རྗེས། །གཡུང་བ་རྟོགས་ལྡན་དང་ནང་བ་རྩ་བུམ་པ། །ཞུ་དམར་ཅོད་པན་འཛིན་ཉིད་  
མཁན་པོར་འོས། །དང་པོར་དེད་ཀྱི་གན་དུ་འོང་བར་གྱིས། །བཤྲོད་མཐུན་རྒྱུན་མ་ལུས་  
བྱེད་ཏོ་ཅེས། །སྦྱོང་དེ་ཡིས་དབྱགས་དབྱུང་ཆེར་མཛད་ཀྱང་། །རིང་པོར་མ་ཐོགས་དུས་  
ཀྱིས་གནས་དུ་གཤེགས།།

རང་ལོ་དགུ་བ་སར་མ་ཐག་ཉིད་ནས། །ལམ་དུ་ཞུགས་སྟེ་རིམ་གྱིས་དབྱས་ཐོགས་  
བཤོད། །ལོ་དེ་རྒྱ་ཐོ་སྒྲེའུའི་ལོ་ཡིན་སྟེ། །འཕགས་པའི་ཡུལ་ན་ཨ་རྒྱའི་ར་ཞེས་ཟེར། །དེ་ཡི་  
དགུན་ར་མགོ་རྒྱའི་མར་གྱིས་དོའི། །བྲལ་ཆོས་དགུ་པའི་གདུགས་བྱེད་ཉེ་བའི་ཆོ། །དད་  
དགེ་དང་བཅས་བདུན་གྱི་ཆོགས་དབྱས་སུ། །དགེ་བསྟེན་བར་མ་རབ་བྱུང་སྟོན་

འགོ་བས། །དགེ་ལྡན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བསྐྱེད་པ་ལོ་ས། །གནས་ནི་ལྷ་བརྒྱད་གངས་  
 གྱི་རྩ་པའི་དབུས། །འབྲང་རྒྱས་རི་ཞོལ་ཡངས་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་། །མཁན་པོ་དོན་གྱི་  
 སྤྱད་ཏུ་མཆོད་སྒོམ་པ། །རྒྱལ་བ་ལྷ་དཔར་དབང་གི་ཅོད་པན་ཅན། །ཆོས་གྱི་གྲགས་པ་ཡི་  
 ཤེས་དཔལ་བཟང་ཉིད། །དགེ་ལྡན་ཉིད་གྱི་ལས་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ནི། །སྤར་ཐང་གདན་ས་  
 རྩོམ་བཙུན་ཤེས་དཔལ་ཡིན། །ཆོས་རྒྱལ་དོན་གྲུབ་ཅེས་པར་མིང་དུ་བཏགས། །མཁན་  
 པོའི་དྲུང་དུ་སྐྱེན་སྲ་ཕྱག་ཆེན་དང་། །ལུ་ལྷན་དུགས་པོའི་ཆོས་བཞིའི་རྣམ་བཤད་  
 ཐོབ། །དབྱེས་པར་མཛད་ཅིང་ཟང་ཟིང་མང་དུ་གནང་། །རྒྱ་ཕྱིད་ཉེ་བའི་པར་དུ་བསྐྱེན་  
 བས་ཀྱང་། །སྤར་ཡང་དབུ་ཅུ་ལྷ་ལྷན་ལུལ་གྲུར་ཕྱིན།

དགུན་འཁྱིལ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་པའི་ཆོས་ལུ་ལ། །ཐུབ་ཆེན་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷེ་ཆེན་  
 པོར། །རྒྱལ་བ་གཞུང་ཐོན་ལས་འཛིན་པའི་ཞབས། །དགུང་ལོར་བདུན་བཞེས་པ་ཅིག་  
 མཇལ་ལྟེ། །ཐོག་མར་ཆེད་པག་མེད་མགོན་ལྷ་དགུ་མ། །རྩོམ་རི་ཡི་ལུགས་གྱི་དབང་  
 བསྐྱར་མཛད། །གྲུབ་རྒྱལ་མ་དང་ཉེ་བའི་རྒྱན་ཁྱེར་གནང་། །འཇམ་དབྱངས་དགར་ནག་མི་  
 གཡོ་དཀར་པོ་དང་། །འབྲུང་འབྲུལ་རྩ་མགྱིན་རྒྱ་བ་རྒྱལ་མཆོན་ལུགས། །ལྷ་ན་བཞི་བསྐྱོར་  
 ལག་མོའི་དབང་བཀའ་དང་། །ཁེར་ནག་ལྷ་མ་དཔལ་ཆོས་སྒྲིང་ཐན་ལུར་བཅས། །ཆོགས་  
 བདག་དཔར་ཆེན་ཀྱ་རུ་ཀྱ་སྒྲིང་དང་། །གུར་ཞལ་དུར་ཁྱོད་བདག་པོ་ལ་སོགས་པའི། །ཡི་  
 དམ་ཆོས་སྒྲིང་དུ་མའི་རྩེས་གནང་ནི། །རྒྱུབ་ཐབས་ཡིག་སྤྱར་བཅས་པ་དུ་མ་དང་། །དན་  
 རྩོད་སྐྱེན་རྒྱུད་སྐམ་པོ་སྐྱེན་རྒྱུད་དང་། །ཀམ་ཆོས་དུག་མི་ཤིའི་ཁྱིད་དུག་སོགས། །ལུང་ཁྱིད་  
 མང་ཞིག་གཞན་ཞོར་ཅམ་དུ་ཐོབ། །ཕྱི་དུས་གྲོག་པ་ཁ་ཐོན་ཕྱིད་ཆེ་ཡང་། །སྒྲིང་དཀྱིལ་  
 བརྒྱུག་ཉིས་དབང་རྒྱུད་འགེལ་པར་བཅས། །དུས་མཁུན་རོལ་པའི་ཞབས་དང་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས། །དོན་ལྷན་ཞབས་གྱི་བཀའ་འཁུམ་ཆང་བ་དང་། །རང་བྱུང་བཀའ་འཁུམ་པོ་ཉི་  
 གཉིས་ལ་སོགས། །དབང་ལུང་ཆང་དང་ཁ་འཐོར་མང་ཞིག་ཐོབ། །ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་སྐྱོར་རོ་  
 རྩོམས་རྒྱང་དེལ་དང་། །སྐྱེགས་སུ་རོ་སྒྲོད་ལ་སོགས་ཁྱིད་ཀྱི་ཆོགས། །མང་ཞིག་ཉམས་



ཁྱིམ་ལྷ་བུའི་ཚུལ་དུ་གནང་། །ལོ་དགུ་ནས་ནི་རང་ལོར་ཉེར་བརྒྱད་བར། །ལལ་ཆེར་དམ་  
བ་འདི་ལ་བསྟེན་མོད་ཀྱང་། །ཤས་ཆར་སྐལ་པ་དམན་ཞིང་བརྩོན་འགྲུས་ཞན། །བསྟེ་  
བསྟེང་སྤི་ཁྱིམ་ཡོ་བྱང་དམན་ཕྱིར་དང་། །སྟོག་པའི་དུས་དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །  
གཞན་ཞོར་ཟེགས་མའི་ཆས་ཁྱ་འབྱུང་བ་ལས། །ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་ཆུ་གཏོར་གཏོར་  
ཡངས་ལ། །རི་ཙམ་འདོད་པར་བརྟུང་དུ་མ་བྱུང་ངོ་།།

རང་ལོ་བརྒྱ་གཅིག་ལོན་མ་ཐག་ཉིད་ཏུ། །སྤྱན་རླུ་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་འབར་གྱི་སྤུལ་པ་ནི། །  
སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་སྤྱུག་ལ་རྩེ་དང་མཇལ། །བཀའ་གདམས་སྤྲེགས་བམ་དབང་ལུང་ཁྱིད་  
བཅས་དང་། །ལྷ་བཞིའི་ཁྱིད་དང་རྩེས་གནང་དཔེ་ཆོས་དང་། །ལམ་ཡིག་ལ་སོགས་བཀའ་  
གདམས་སྒྲོར་འགའ་དང་། །མཁའ་སྤྱོད་ཞབས་ཀྱི་གསེར་ཕྱེད་ཆེན་མོ་སོགས། །ཁྲ་གསུམ་  
བར་དུ་ཉིན་མཚན་ཆོས་ཀྱིས་འདས། །འདི་ལ་ཉིང་འཛིན་བག་ཆགས་བཟང་བར་སྒྲུང་། །  
སྟོག་པའི་གྲུ་རུ་འདི་དག་འགྲིབ་མིན་བས། །སྒྲོམ་ལ་གཞོལ་བ་འཐད་ཅེས་ཡང་ཡང་  
གསུང་། །དེད་ཀྱང་ནམ་འཁོར་མི་ཤེས་རེ་ཞིག་དུ། །འདི་ཉིད་ཏུ་སྤོང་ཆོས་ཀྱན་རྩོགས་བྱ་  
ཞེས། །ཡང་ཡང་ནན་དུ་བཀའ་བསྟུལ་གསུང་ན་ཡང་། །བདག་གི་སྟོགས་རྒྱམས་ཉན་པར་  
མ་སྤྱོད་མྱེ། །ནན་གྱིས་ཁྱེས་ནས་འགོ་བར་ཆས་པའི་ཆོ། །སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་  
ལོའི་ཆོད་བར་མཛད། །རྒྱས་པའི་མདོག་ཙན་རྒྱགས་མདུང་རབ་བསྒྲགས་པ། །འདི་ལ་ཆོ་  
ཡི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་ཏོ་ཅེས། །ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་གིས་བདག་གི་མགུལ་དུ་བཏགས། །ཟང་ཟིང་  
མང་པོའི་བཀའ་དྲིན་མཛད་མྱེ་བཏང་། །ཕྱི་རོལ་སྤྱོད་ཆོས་ལང་ཤོག་ཞིག་གསུང་། །སྒྲོབ་  
པ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོའི་ཕྱག་སིལ་གནང་། །ཞབས་ཐེལ་སྤྱི་པོའི་གཙུག་ཏུ་བཞག་ནས་  
ཀྱང་། །སྒྲོན་ལམ་མང་མཛད་བསྟན་པའི་དོན་གྱིས་གསུང་། །བདག་ཡང་མོས་གུས་གདུང་  
བཟླ་པོ་སྤྱེས། །རི་སྤྱོད་སྤྱང་བར་ལྷུང་བ་དེ་སྤྱིད་ཏུ། །རིང་དུ་གཡོ་བ་མེད་པར་གཟིགས་  
ཅིང་བཞུགས། །དེ་ལྟར་བརྩོན་བཞེན་པོས་རྩེས་བཟུང་ཡང་། །ཁྲ་བ་བརྒྱད་ཏམ་དགུ་ནས་  
སྤྱི་ཐིམ་མྱེ། །མཇལ་བའི་སྐལ་བའང་བདག་གིས་མ་རྟོད་ཏོ།།

རང་ལོ་བཙུག་ཉིས་པ་ལ་དབུ་རུའི་ཡུལ། །ལྷ་རི་ཡེར་པའི་མགུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཏུ། །  
 ལྷ་ལྷང་ཅོད་པན་འཛིན་པར་རབ་བསྐྱགས་པའི། །ཤར་ཕྱོགས་དྲགས་པོའི་ཡུལ་གྱི་པ་རྩི་  
 ཏ། །མཁས་བྱུང་ཆོས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་ཞབས་ལ་གཏུགས། །དྲི་རྩེ་སྤང་བ་རྒྱུ་ཐབས་རྒྱ་  
 མཚོ་དང་། །ཁྱད་པར་དཔལ་ལྡན་རྒྱས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡི། །བྱིས་པ་འདྲག་པའི་དབང་བདུན་  
 སྟོན་འགོ་བས། །མཚོག་དབང་གོང་མ་གསུམ་དང་གོང་ཆེན་བཅས། །བསྐྱས་པའི་རྒྱད་དང་  
 འགྲེལ་ཆེན་དྲི་མེད་འོད། །རྣམ་པར་བཤད་པས་གཏན་ལ་ལཔ་ཅིང་གནང་། །བདེ་མཚོག་  
 ལྷ་ཉི་དྲག་བཙུ་བ་དང་ནི། །རྣ་རོ་ལྷ་ལྷ་མགོན་པོ་ལྷག་བཞི་པའི། །བཞི་རྫོགས་དབང་  
 སོགས་སྟོན་བྱེད་མང་ཞིག་དང་། །དམ་ཆོས་འདུལ་པའི་ཅ་བ་ལུང་སྟེ་བཞི། །བཤད་ལུང་  
 རྒྱལ་དུ་གཏན་ལ་ལཔ་ཅིང་གནང་། །དེ་ཆེ་གློང་གཞིའི་བྱང་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །ཐོས་པའི་  
 མོད་ལ་པར་དུ་བཏབ་བཞིན་བྱང་། །ཟབ་མོའི་ནང་གི་དོན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ། །བསྐྱས་  
 པའི་དོན་ཅམ་ཟིན་ཐུན་བསྐྱར་ཆོས་དང་། །འདྲེན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པཤད་སྟེང་ནས་  
 བེ། །རྒྱས་བཤད་ལ་མཚན་ལྡན་པ་དབག་མེད་གནང་། །བྲུབ་མཐའི་ཕྱིས་ཀྱི་ལྷ་བསྐྱས་ཉི་  
 རྫོགས་དང་། །མཚོད་རྟེན་བརྒྱད་ཀྱི་ཐིག་ཚད་ལྷོས་འཕྱེད་ཐིག །དེ་སོགས་རྒྱུ་མ་ཞར་ལ་  
 བསྐྱབ་པར་མཛད། །ལྷག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷན་ཅིག་སྟེས་སྦྱར་དང་། །རང་བྱུང་ཞབས་ཀྱི་ཆོས་  
 དྲག་གསེར་ལྷན་མའི། །ཉམས་ཁྱིད་ཐུན་མོང་མིན་པས་དཀྱི་བར་མཛད། །རླབ་བ་བཙུ་བཞི་  
 ཅམ་གྱི་བར་བསྟེན་སྟེ། །བཀའ་དྲིན་མཚུངས་པ་མེད་པ་སྦྱི་བོས་ནོད། །ཡུན་རིང་བསྐྱགས་  
 བ་ལྷ་དང་མཇལ་ལོ་ཞེས། །རྒྱལ་པའི་དབང་པོས་ཡང་ཡང་བཀའ་བསྐུལ་བ། །དེ་ནི་ཁྱོད་  
 དང་སྤང་བ་འདིར་འདྲག་གསུང་། །བཙེ་བས་རྩེས་བཟུང་འོ་སྒྲོལ་ལ་བྲུག་ཉིས། །ལྷོ་ཕྱོགས་  
 སུ་འགོ་ཐབས་གཅིག་འདྲག་ནས་ཀྱང་། །བདག་གྱི་ཆོས་དང་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ། །ཡོངས་  
 རྫོགས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ་གསུང་། །གསུང་རྒྱུ་མོས་ཅིང་དད་གུས་ཆེར་ཡོད་  
 ཀྱང་། །འོན་ཡང་བདག་ཉིད་བྱས་པར་གྱུར་པའི་ཐུང་། །གོགས་གཞན་ཆོ་འདི་འདོད་པའི་  
 དབང་གུར་སྟེ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འཆང་པའི་སྐལ་མ་རྟེད། །བཀའ་དྲིན་མྱོང་ཏུ་བྱུང་བདེ་

ལྟ་ལ། །འབྲུག་ནོད་རྒྱུད་དུ་འཇུག་པོ་ཙམ་པ་འགས། །བཀའ་དྲིན་བསམ་པ་ཙམ་ཡང་  
མ་རུས་སྟེ། །ད་དུང་འཁྱོད་བའི་སྐུ་ལ་སོས་དུས་མེད།།

གྲུབ་ཐོབ་དམ་པ་ཀུན་དགའ་བཟང་པོ་ཡིས། །རྒྱུད་དུ་འཇུག་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གནང་  
ཕྱིན་སོགས། །ལན་མང་བསྐྱར་ཞིང་ཕྱི་ནས་ཐུན་དགོས་གསུང་། །རྗེས་སུ་པོ་ཉས་ཡང་ཡང་  
བསྐྱུལ་བ་ལས། །རང་ལོ་བཅུག་ཉིས་ལོན་བའི་དབྱར་ཞིག་ཕྱིན། །སྟོན་ཆོ་ཁོ་བོ་སྒྲོབ་མའི་  
འོས་ཡིན་ལ། །ད་ནི་ཁོ་བོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་མར་འོས། །གདམས་པ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་སྦྱིན་  
ནོག་གསུང་། །སྦྱོར་སྒྲུག་ཆེན་ཡིག་བཞི་ལྟ་ལྟོན་དང་། །ལྟན་ཅིག་སྦྱོར་སྦྱོར་ཤོག་དྲིལ་བཞི་  
པ་དང་། །རས་རྒྱུད་སྟན་རྒྱུད་ལྟ་རྟོག་སྦྱོད་དང་། །གྲུབ་རྒྱུལ་ཆོ་ཁྱེད་ལ་སོགས་སྦྱར་  
ཁྱེད་ཀྱི། །ཉིན་རེ་ལ་ཡང་ཆོས་ཐུན་བཅུ་ལྟ་མཛད། །ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་དམ་གཏོར་མ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི། །འོག་དུ་མགོ་བཅུག་བཀའ་བསྒྲོ་ལུན་རིང་མཛད། །དབང་བསྐྱར་ཐམས་ཅད་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་སོགས་ཀྱང་། །ཐུག་དཔེ་རི་སྟེང་མཆིས་པའི་འོག་རོལ་དུ། །མགོ་བོ་ཐུག་  
གིས་བཅུག་སྟེ་སྦྱོན་ལམ་མཛད། །གདམས་པའི་ལུང་ཀུན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་སོགས་ཀྱང་། །རང་  
ཡི་དབང་ལུང་མན་དག་རི་སྟེང་པ། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཀྱིས་གང་ལ་གང་འདོད་  
སྟོན། །བསྟན་པའི་བདག་པོ་རྟ་ཐུའི་ཕྱིན་ལས་དང་། །མགོན་པོ་ཆོ་དབག་མེད་ཀྱི་སྦྱོར་  
དང་། །རྣལ་འབྱོར་མི་ལ་རས་པའི་སྦྱོར་སྦྱོར་དང་། །རྒྱུན་གྱི་རྒྱུན་རྒྱུལ་པོའི་ཡོངས་  
སྦྱོད་སྟེ། །ཀུན་དང་མཉམ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་ཏེ་ཅས། །སྟོན་པའི་སྦྱོར་གྲུགས་ལ་སོགས་  
གནང་བར་མཛད། །ཆོ་དང་ཕྱིན་ལས་དམ་ཆོས་ལ་སོགས་པའི། །རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པས་ཁོ་  
བོས་མིང་འདོགས་ཅེས། །སྦྱུལ་སྦྱུ་ཀུན་བཟང་འཛམ་གླིང་ཉི་ཟླ་ལྟར། །གསལ་བ་ཅེས་བྱར་  
བདག་གི་མིང་དུ་བཏགས། །ཉིད་ཀྱི་སྦྱུ་ལས་ཐུས་འབྱུང་ལུང་ནས་ནི། །རེ་ཞིག་འདི་ནི་དང་  
པའི་རྟེན་དུ་ཆོངས། །མ་འོངས་འཆར་པའི་དུས་སུ་ལུས་ལ་གོན། །ཅ་རྒྱུད་ཐབས་ཀྱི་རྟེན་  
འབྲེལ་ཡོད་ཏེ་གསུང་། །ཞག་ནི་བདུན་ཕྱག་གཅིག་ལས་མ་བསྟེན་ཡང་། །དེ་སྤྱིད་ཉིན་  
མཆོན་དམ་ཆོས་ཁོ་ནས་འདས། །དེ་ཕྱིར་བཀའ་དྲིན་མྱོང་ཏུ་བྱུང་བར་རིག།

བརྟགས་མ་ཡོན་ཆོ་རྒྱལ་པའི་སྤྱུ་པོ་ནི། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཤོ་ཤོས་དབང་ལྷག་  
ལས། །དོར་བྱང་དབང་དང་རྒྱུ་འཛོམས་རྒྱ་སྟོན་ལྷགས། །དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་  
བསྐྱར་མཚུར་ལྷགས་དང་། །རྒྱལ་པའི་དབང་པོའི་གསུང་འབུམ་ཐོར་བུ་སོགས། །དབང་  
ལུང་འབྲེལ་བ་དུ་མ་ཐོབ་པར་ཐུབ། །མཚུར་ལྷགས་སྐར་ཅིས་ས་རིས་ལེགས་པར་བྱིད། །  
ཀྲུལ་ཀའི་རྒྱལ་དུའང་ཅིས་སྤྱན་མང་ཞིག་གནང་། །ཕན་བྱེད་མན་ངག་འགའ་ཞིག་ཡང་  
གསུངས་ཏེ། །བདག་ལ་གིན་དུ་ཅེ་ཞིང་བརྗོད་པར་མཛད།།

བརྟ་བཞི་པ་ལ་ལྟོ་ཕྱོགས་སའི་ཐིག་ལེ། །དབལ་ལྷན་དྲོ་བོ་ལུང་གི་གདན་ས་སུ། །  
མཁས་གྲུབ་དམ་པ་བརྟ་མ་ཏི་ལས། །མར་པའི་ཤོག་དྲིལ་བཞི་དང་བཙོ་ལྔ་དང་། །གཏུམ་  
མོ་ཞག་བདུན་མ་དང་གསང་རྒྱུབ་དང་། །ལྔ་ལྷན་ལྷན་ཅིག་སྟེས་སྟོར་ཡིག་བཞི་དང་། །  
བམ་ཟེ་སྟན་རྒྱུད་བསྟེན་རྒྱུབ་སྤྱན་འགའ་དང་། །ཆོ་རྒྱུབ་རིན་ཆེན་ཉི་འོད་གྲུབ་རྒྱལ་  
བཅས། །རྗེ་བརྟན་དཔའ་པོའི་རྒྱུ་ཐར་མགྱར་འབུམ་སོགས། །དཔའ་པོ་ཆེ་ལས་བརྟན་  
པའི་ཆོས་འགའ་ཐོབ། །ཕྱི་མའི་དུས་ཅིག་རྟུང་བ་དོར་གཙོད་དང་། །ཤེས་སྟོང་ཡི་ཤེ་གཅིག་  
མ་ལྟ་མོའི་རྒྱུད། །བརྟག་གཉིས་འབྲེལ་བ་མར་བས་མཛད་བ་དང་། །ཕྱག་དྲིག་མ་དང་ཨོ་  
རྒྱུན་བསྟེན་རྒྱུབ་སྟོར། །ཞང་གི་བཀའ་རྒྱུད་དབང་བསྐྱར་བཅས་པ་སོགས། །དུ་མ་གནང་  
ཞིང་སར་མའི་རྒྱུད་འབུམ་ནི། །སྟོགས་བམ་ཉི་ཤུ་ཅེ་གཉིས་བདག་ལ་སྟེན། །དེ་དག་རྒྱུམ་  
ཀྱི་བཀའ་གཏད་མང་མཛད་ཅིང་། །དོན་གྱིས་འདི་དག་ཐོབ་པའང་ཡིན་ནོ་གསུང་། །དེ་  
ལྟར་བཀའ་དྲིན་ཡང་དག་ལྷན་པ་ཡིན།།

བརྟ་དྲུག་ལོ་ལ་ཡར་འབྱོག་མངོན་དགར་བྱིན། །འཇམ་དབྱངས་གཉིས་པ་འཆི་མེད་  
ཞབས་པད་བསྟེན། །དེ་ཉིད་སྟོང་པོ་སྤྱོད་དོན་ཀུན་གསལ་དང་། །བརྟག་གཉིས་རྟོག་ཆེན་  
ལམ་འབྲས་བཤད་ཆེན་བཅས། །རྒྱུད་ཐེ་སྟེ་རྒྱུམ་བསྟན་བ་སྟེ་རྒྱུམ་སོགས། །གསང་བས་  
བྱིན་གྱི་བསྟན་བཙོས་མང་ཞིག་དང་། །ཡག་མོ་གཞུང་དྲུག་སྟེན་སྟེག་བཅས་པ་དང་། །

བསྟེན་སྐྱབ་མཁས་བཅུན་ལུགས་དང་། མིང་ལུགས། ཁྱེད་མོགས་ལུང་དང་རྗེས་གནང་  
འགའ་ཞིག་གནང་། མཚམས་སྦྱོར་ལུ་པ་མིང་ལ་དང་པོར་བཅས། ས་རིས་ཉིད་གིས་  
གཏན་པབ་དབྱིས་ཕྱིན་གནང་། ལྷ་གསུམ་ཉེ་བཅའ་གྱི་བར་བསྟེན་ནས། དམ་ཆོས་  
འཁོར་ལོས་པལ་ཆེར་འདའ་བར་གྱུར། མཁུན་པ་ལྷ་མེད་སྐྱབ་པའི་དབང་པོ་ཡི། རང་ཚུལ་  
མད་ཏུ་བྱུང་བས་ཡིད་དྲངས་སྟེ། བདག་གི་སྒོ་གྲོས་སྒོ་ཡང་སར་དུ་བྱེ། འཆད་ཚུད་གཉིས་  
ལ་ཅུང་ཟད་བྱང་བར་གྱུར། ཁྱེད་ལྷ་པ་གཟའ་ཡིས་བཟུང་སྐབས་ཅིག ཁྱོགས་ཞིག་གིས་  
ནི་བསྐྱལ་ནས་དེ་ཡི་ལྷར། འཇམ་དཀར་མ་ཤི་སྦྱོར་བ་བྱས་པའི་ཆོ། བྱིས་པར་གྱུར་  
བས་ལྷ་བའང་ཡང་ཡང་བལྟས། ཁྱོན་བསྟེན་མ་སོང་དམིགས་པའང་མ་གསལ་མོད། །  
འོན་ཡང་ལྷ་གྱ་ཡིད་འབྱར་ཙམ་ཞིག་སྟང་། ཆོ་དབང་འགའ་དང་ཕག་མོ་དོན་གྲུབ་མ། །  
རྩི་བསྟེད་མ་དང་བཅས་པའི་དབང་སྐྱར་ནི། དཔལ་ལྷན་མཁའ་སྦྱོད་དབང་མའི་ཞལ་ལས་  
ཐོབ། མདོར་ན་ཀུན་མཁུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་འདི་ཉིད། བདག་གིས་ཆོས་ཐོབ་ཏུ་ཅང་  
མི་མང་ཡང་། བཀའ་དྲིན་གཞན་ལས་མི་རྒྱུད་ལྷག་པ་ཡིན།

བཙུ་བདུན་པ་ལ་ལུང་རིགས་སྐྱབ་པའི་གྲ། མཁས་མང་འདུན་ས་ལེགས་བཤད་གླིང་ཏུ་  
ཕྱིན། ཁྱོག་པའི་གར་ཞུགས་བསུས་པའི་ཐལ་འབྱུར་སྐྱངས། འོ་གཅིག་ཙམ་ན་ནད་གྱི་  
བསྐལ་པ་ནི། བར་མ་འདྲ་བའི་མི་ངས་ཆེར་བྱང་ནས། སྐར་ཡང་ལྷོ་ཡི་ཕྱོགས་ཕྱིན་བཏང་  
སྟོམས་འདུག རེས་འགའ་སྐས་མཁར་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་གྱི། ཞིག་གསོར་མིང་ཏུ་  
གདགས་པའང་འགའ་ཞིག་བྱས། མདོར་ན་རང་གི་ལོ་ཆོགས་དེ་སྟེད་ཏུ། བཤེས་གཉེན་  
བསྟེན་ཕུན་དེ་ཙམ་མ་གཏོགས་པ། པལ་ཆེར་འཇིག་རྟེན་ཆོས་སུ་བརྟུས་པའི་ལས། །  
གཞན་གྱི་རོ་སྐྱང་གྲ་སྒོ་བ་སྐྱད་པ་དང་། མིང་བཏགས་ཙམ་གྱི་བྲལ་ཆོས་བྲལ་དབང་  
བསྐྱར། ཟང་ཟང་ལེན་ཞིང་ལང་ལོང་ཉིན་མཚན་འདའ། རང་རྒྱུད་དྲེད་ནས་པལ་ཆེར་ཆོ་  
འདིར་ཤོར། རེས་འགའ་ཙམ་ནི་ན་དོགས་གི་དོགས་གིས། ཞག་འགའ་ཙམ་རེ་ལུགས་སུ་  
འདུག་ནས་ནི། སྐྱང་སྒྲོག་ཐུགས་འདྲེན་རེས་འགའ་ཆོ་སྐྱབ་བྱེད། རེས་འགའ་དྲག་པོའི་

ལྷ་བསྟེན་བྱེད་ཚུལ་དང་། ཁོས་སྒྲིང་མཆོད་པའི་གཏོང་སྒྲུབ་བྱེད་རྫོམ་སོགས། འཛུལ་སོལ་བར་བསྒྱུར་པའི་ཟས་ཀྱིས་འཕྲོ་། ཐབ་ཆས་གདན་ཆ་དུད་འགོ་སོག་པ་སོགས། མིག་ལྟོས་པལ་ཆེར་སྒྲིང་རུལ་རྒྱུ་སྤེལ་བཅས། ཆོང་དང་ཁེ་སྒྲོགས་ཀྱིས་ཐབ་དོན་གཉེར་བ། ལང་ཆོས་དྲེགས་པའི་འཁོར་མང་དང་བཅས་སྟེ། འུས་མིན་བདུད་ཀྱི་ཕྱ་གཏོར་འགམ་བཞིན་དུ། ལུལ་གྲུ་རྒྱུ་སྤེལ་སྒྲུ་ཏྲ་ཏྲ་བར་གྲུར།

ཉི་ཤུ་བ་ཡི་རང་ལོ་སར་མ་ཐག གྲོག་པའི་གྲུར་ཕྱིན་ལོ་ངོ་གསུམ་དུ་འདུག འདྲུས་གདན་ས་སྒྲུབ་པའི་རྫོང་དང་། འཆད་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ཙམ་ཡང་མེད་པ་ཡིས། གཞིའི་སྒྲུབ་ཙམ་གྲག་པའི་སྒྲུབ་སྤྱུ་སོན། འོན་ཡང་རྒྱུ་དཔྱོད་རལ་གྱི་གསལ་འཛིན་པ། ལམ་ཆེན་གཞོན་ཁུ་ཁོར་བཟང་གོགས་དན་དུ། བསྟེན་ནས་ཀར་རྟེན་འཛིན་དྲེན་གསུམ་སྒྲོན་དང་། འཕྲེག་སྒྲུར་ནས་མཐའ་དབྱེད་མང་བསྒྲུན་སྟེ། ལུས་ཀྱི་རྒྱུ་བཞག་ཐོགས་པའི་བར་བསྒྲུན་པས། གྲོ་གྲོས་མིག་རབ་ཀྱང་ནས་ཡངས་གྲུར་སྟེ། ལྷག་མ་བདེ་བྲག་གོ་བའི་ཤེས་རབ་སྒྲུས། ཕྱི་ནས་མཁས་པ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་ལུ་ལས། གྲོགས་དན་བཞིས་སྟེ་བཞིན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། སྒྲུབས་དང་སྒྲིད་ན་འགའ་ཞིག་ཅོད་མོད་ཀྱི། ཆོག་གི་ཐེང་བ་ཙམ་ཞིག་འཛིན་པའི་སྒྲུད། གྲོ་གྲོས་མཆོག་དམན་བར་གསུམ་འདུས་པའི་ཕྱིར། ཐོན་མེད་སར་དུ་ཤེས་པ་མ་ཐོབ་པོ། ཐོས་པ་ཅེས་བྱ་གཞུང་ཆོག་ལ་བསྟེན་ནས། འོན་རྒྱུ་སར་གི་རྒྱུད་ལ་གོ་བྱེད་ཡིན། འདྲེ་སྒྲུད་ཉན་པའི་སྒྲོ་ཡིས་གོ་རུས་ན། ཉིན་རེ་ལ་ཡང་སྒྲུབས་སམ་ལེུ་སོགས། འུ་མ་དུ་མ་བཤད་པར་འོས་པའང་ཡོད། གྲོ་གྲོས་རབ་དམན་དོན་འཛིན་མི་རུས་ན། ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཡང་ཉན་པའི་སྒྲོར་འཆོམ་པའི། ཆོག་དོན་མང་པོས་ལོ་སྒྲར་བདེ་ཡང་སྒྲོད། འདི་འདྲུ་མཁས་པའི་འཆད་ཚུལ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། འདྲེ་སར་གྲོག་པའང་གཞུགས་བརྟན་ལྷང་ཟད་ཕྱིར། བེ་ཆོར་མ་ཁི་སྒྲོབ་པ་ཇི་བཞིན་དུ། ཆོག་ཙམ་དཔེ་འམ་རག་ལས་བཟུང་ནས་ནི། ཆོགས་པའི་དབུས་སུ་འདོན་ལ་མཁས་པར་རྫོམ། འདྲེ་སྒྲུར་བདག་ནི་སྒྲོ་བའི་གནས་སུ་གྲུར།

དུས་དེར་རྒྱལ་པའི་ཕྱིན་ལས་ཞབས་ཉིད་ལས། རྣམ་བཤད་སྤྱིར་པོ་གསལ་པའི་སྤྱིར་  
ནས་ནི། ཟབ་མོའི་ནང་དོན་རྒྱ་ཆེར་རྣམ་བཤད་པ། དུམ་བུ་ཁྱིགས་ཀྱིས་ཆང་བ་ལན་  
འགའ་ལ། བསྐྱར་ཆོས་དང་ནི་ནན་ཏན་ལེགས་པར་བྱས། ས་ར་ཏ་ཡི་དོ་ཏ་སྒོར་གསུམ་  
ལ། ལར་འགྲེལ་གཞིར་བྱས་ཀར་ཁྱིའི་གྱིང་ཁྱིའི་གྱང་དང་། བལ་འགྲེལ་ལ་སོགས་དུ་མའི་  
འབྲང་བསྐྱས་པ། རྣམ་བཤད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་གཞིར་མཛད་ནས། ལེགས་པར་  
བསྐྱལ་ཞིང་ཁོ་ཐག་ཆོད་པར་བྱང་། རྩད་པར་དམངས་དོ་ལ་ནི་བསྐྱར་ཆོས་བྱས། ཟིན་  
མིས་བཏབ་པས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་པར་མཛད། དབྱུག་པ་ཅན་གྱི་སྟན་པག་མེ་ལོང་ལ། སྟར་  
ཐང་ལོ་ཅའི་ཁྱིའི་གཞིར་བཞོད་ནས། ཟབ་བཤད་མཛད་ལ་བསྐྱར་ཆོས་རྩོམ་རྒྱགས་  
བཅིས། ཏུ་ཅང་ཆང་པའི་པ་མཐར་མ་ཕྱིན་ཡང་། ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་དངོས་བསྟན་གོ་  
པར་བྱང་། དེ་ཆེ་མི་གཞོ་དཀར་དང་འཇམ་དབྱངས་དང་། དབྱངས་ཅན་མ་ལ་བསྟོད་པ་  
འགའ་སྐྱར་བས། རུང་ཟད་རང་གི་སྒོ་གྲོས་འཕེལ་བར་གྱུར། ལང་བྱང་ཞབས་ཀྱི་ཅིས་  
ཀྱང་བསྐྱས་པ་ལས། ལོ་བདག་སྒོ་པའི་ལེའུ་ཕྱང་སྟེ་གནང་། མཛོད་ཀྱི་སྒོར་ཁྱིའི་ལུང་དུ་  
གནང་མོད་ཀྱང་། སྟོན་ནས་གཞུང་ཆོག་སྒོ་ལ་བཟུང་བའི་ཕྱིར། གཞུང་ཆོས་ཉིད་དང་  
རྩད་པར་མེད་པར་བྱང་། ཁྲོག་པའི་གྲ་རུ་མ་འདུག་པའི་ཆེ། རོ་ཁྲོའི་སྒོ་བདེའོན་མཁྱེན་  
རབ་རྣམ་རྒྱལ་ལས། ཁྲོགས་དོན་རྩལ་དུ་སྐྱུ་ཏྲགས་རྣམ་གཉིས་དང་། བསྐྱས་པའི་རྒྱད་  
ཀྱི་རྒྱད་ཆོག་གཞིར་བྱས་ནས། རྩད་པའི་ཅིས་ཀྱི་ལྷ་བསྐྱས་ཙམ་ཡང་བསྐྱབས། དེ་ལྟར་  
ཁྲོག་པའི་མིང་ཙམ་ལོ་འགའ་བཅིས།

སྐབས་ཅིག་ཤིང་མོ་སྒྲེ་ལོ་དགུན་སྟོད་དུས། ཉི་ཤུ་ལྷ་དྲུག་ཞིག་གིས་མི་ལམ་དུ། ཁྱོ་  
ཕྱོགས་རི་བོའི་སྒོས་ལ་བདག་འདུག་ཆེ། བྱང་རི་མཐོན་བོའི་ཕེ་ན་འཇའ་ཆོན་གྱི། ལང་  
བཅེགས་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་རྣམ་མང་པོ། གཤུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་པས་རབ་གང་  
ཞིང་། མེ་ཏོག་ཆར་མང་ལང་ལོང་འབབ་པའི་སྤྱིར། རྒྱལ་བ་གར་དབང་ཆོས་ཀྱི་གསལ་  
པ་ནི། རྒྱ་དམར་བསྐྱབས་ཅིང་ཏ་ལ་ཆིབས་མཛད་ནས། རུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཞལ་བསྐྱར་





ཆོགས་བཅད་འགའ་ཡང་བྱས། །འོན་ཡང་འབད་ནས་གོགས་དང་སྒྲོད་ལམ་བསྟན། །  
ཉམས་རྣམས་སྡུལ་འང་མ་སྒྲུས་རང་གར་འདྲག།

དེ་ནས་རང་ལོ་ཉེར་གསུམ་ལོན་པའི་ཚེ། །ལོ་ཡི་སྐྱག་ལ་སྐྱག་པའི་བསྟན་ཐབས་  
གིས། །ཟླ་འགའ་བཟླས་པ་དབྱིད་ཕྱིར་འགྲོ་བོ་སྒྲུས། །སྤྲ་མས་ཟང་ཟིང་རྫོང་བ་མང་  
མཛད་ནས། །འོན་ཡང་ལྷའི་བསྟེན་ཆེན་གྱིས་ཅིག་གསུང་། །རིམ་གྱིས་ལྷོ་ཕྱགས་ལམ་དུ་  
གཞོལ་བར་གྱུར། །དེ་ཆོག་ལོ་རུའི་ཡུལ་གྲུ་གཞིས་པའི། །དག་གནས་དཔལ་འབྱོར་རབ་  
བརྟན་ཁང་བཟང་དུ། །ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའི་དམ་པ་ཞལ་འཛོམ་ཞེས། །ཐོས་སྟེ་སྤྱར་བར་མཛལ་  
བའི་སྤྲད་ཏུ་ཕྱིན། །མི་ཟད་པ་ཅེས་མེ་ལོ་ཁྱི་ཡི་ལོ། །དབྱར་ཟླ་ར་བ་སྟོན་གྱིས་ཉ་བ་ཡི། །  
དམར་པོའི་གལ་ཆོས་བཅོ་ལྔ་བ་ཡི་ཉིན། །སྤྱོད་གི་བཙོན་སྟེས་བྱ་གཅིག་གི་དུས། །ཀྱལ་  
པོའི་སྤྱེད་མོས་ཆལ་གྱི་དབས་ཤེད་ཏུ། །མང་ཐོས་ཚུལ་ལྡན་བདུན་གྱི་ཆོགས་དབས་སྟ། །  
མཁན་པོས་དབྱར་པོ་མཛད་སྟེ་གསོལ་བཏབ་ནས། །བསྟེན་པར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་  
སྟོམ་པ་ནོས། །མཁན་པོ་དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཆོད་སྟོས་ན། །བརྟན་མཁས་གཉིས་ལྡན་  
འཕགས་པའི་ས་ནོན་པ། །བརྟན་པའི་མངའ་བདག་ཀྱན་མཁུན་གཉིས་པ་ནི། །ལོ་ཆོན་  
ཆོས་སྒྲོད་བཟང་པོའི་ཞབས་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྟེ་མང་འཛིན་ཞིང་། །དུས་  
གྱི་འཁོར་ལོའི་རྣལ་འབྱོར་རབ་གྲུབ་པ། །གནས་བརྟན་དབྲག་ཅན་ཟིན་གྱི་རྣམ་སྤྲུལ་ནི། །  
དཔལ་ལྡན་ཆོས་གྲུབ་སེང་གེས་ལས་སྟོབ་མཛད། །སེང་གེ་ལྟ་བུའི་གནས་བརྟན་ཆོས་སྤྱ་  
བ། །ནམ་མཁའ་དཔལ་ལྡན་ཞེས་བྱས་གསངས་སྟོན་མཛད།།

དེ་ལྟར་རྫོགས་པའི་སྟོམ་པ་ནོད་པའི་ཚེ། །འཁོར་བས་སྟོ་ཞིང་ཞིལ་རབ་སྟོ་བའི། །དང་  
བ་བཅོས་མིན་དྲག་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །དེས་འབྱུང་སྟོམ་པ་ཙམ་ཞིག་ཐོབ་བམ་སྟམ། །ཞག་  
མང་བར་དུ་ལུས་སེམས་གཉིག་ལ། །སྟོན་མེད་བདེ་བ་རྒྱན་ཆད་མེད་བར་སྟེང་། །མཁན་  
པོའི་དུང་དུ་ལྷུང་བཤེགས་ཉིད་འཇུར་དང་། །ཡིག་བརྒྱའི་བཟླས་ལུང་སྤྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་

ནི། ཁབ་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་རྒྱལ་ཁུག་གིས་བརྒྱན་པ་དང་། ཁྲ་མི་སྟན་པའི་ཆོ་ལི་རང་གཟུངས་  
 རྟེ། འདམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་དེ་དག་ཐོབ། འབས་ཐིམ་སྤྱི་པོར་བྲངས་སྟེ་སྟོན་ལམ་  
 བཏབ། ཁངས་རྒྱལ་བསྟན་ལ་ཕན་པར་གྱིས་ཅིག་གསུང་། ལས་སློབ་ཉིད་ཀྱི་བླ་མའི་  
 རྣལ་འབྱོར་ནི། ཡན་ལག་དྲུག་གི་སྟིང་པོར་གྱུར་པ་བསྟུལ། འབས་ཟུང་སྤྱི་པོའི་གཙུག་ཏུ་  
 བཀོད་ནས་ཀྱང་། སྟོན་ལམ་དང་ནི་བཀའ་སློ་རྒྱ་ཆེར་མཛད། དེ་ནི་ཐུ་མ་གསུམ་རྣམ་པར་  
 དག་པ་ཡིས། བསྟན་ལ་ཕན་པར་གྱིས་ཅིས་ཡང་ཡང་གསུང་། རིམ་གྱིས་ལྟོ་ཕྱགས་གྲུབ་  
 པའི་ཞིང་ཏུ་ཕྱིན། བསྟན་སྐྱེད་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོ་ཡིན་ཞེས་པ། བྱུང་མེད་དམན་མ་ཞིག་ལ་  
 བབས་ནས་ནི། བསྟུ་བར་འོངས་ཅིས་གྲུས་པའི་ཕྱག་མང་བྱས། ཡན་གནོད་ལུང་བསྟན་  
 ལྷ་ཆོགས་བྱས་པར་གྱུར།

དེ་ནས་གནས་དང་ཡོ་བྱེད་ལ་སོགས་པ། ལྷ་གོན་དཀྱི་བར་འོས་པ་ཀྱན་བྱས་ནས། །  
 ཆོ་འདི་དོན་གཉེར་ལམོར་ཀྱན་རྒྱུད་བསྐྱིངས་སྟེ། དཔལ་ལྡན་ཏྲོ་པོ་ལུང་གི་ཨོ་རྒྱུན་ཅེར། །  
 ཐམས་ཅད་འདུལ་ཞེས་བྱ་བ་མེ་ལག་གི་ ཏྲོར་རྒྱ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཅུམས་སྟེ། །  
 ལྷག་ལོ་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་བར། ལོ་གསུམ་འདག་སྦྱར་དམ་པོས་བཅད་སྟེ་  
 འདུག སྟོན་དང་ཕྱི་མར་བླ་མའི་བཀའ་བསྟུལ་ནས། བྱི་བའི་ལོ་ལ་ཨུའི་བསྟན་ཆེན་  
 བཀྱིས། རྒྱ་ཕྱིར་སྟོངས་ཀྱི་རྣམ་པ་འགའ་བྱུང་ཡང་། བར་ཆད་ཉེས་པ་ཅིར་ཡང་མ་  
 གྱུར་ཏོ།

སྐབས་ཤེད་སློབ་བྱ་དགེ་འདུན་རྒྱལ་མཆན་ལ། འཇམ་དཀར་རིག་གཏད་སྦྱབ་ཐབས་  
 ཕྱིན་པའི་ཆོ། མི་ཉམས་ཅིག་ཏུ་རང་ལུས་ཕྱི་རོལ་ནི། འདོམ་གང་ཅམ་གྱིས་འཁོར་བའི་ས་  
 གཞིའི་ནང་། མཁའ་ལས་ཨ་ཡིག་དཀར་པོའི་ཆར་འབབ་པ། ཁ་བ་བྱ་ལྷག་འཕྱུབ་པ་  
 བཞིན་ཏུ་སྦྱང་། ཡལ་ཆེར་འཁོར་ཞིང་རང་གི་ལུས་ལ་ཐིམ། འགའ་ཞིག་ས་གཞིའི་ངོས་  
 ལ་ཐོག་པ་རྣམས། མི་ཡལ་རང་གར་གནས་པ་ཉིད་མཐོང་ནས། དེ་ཀྱན་བདག་གིས་

བསྐྱུས་ཅིང་མགུལ་དུ་མིང། །སང་ནས་སློ་གྲོས་འཕེལ་བའི་ལྷ་ས་སོ་སྐྱམ། །བདག་གིས་  
འདི་ལ་བསྟེན་པ་མ་བགྱིས་མོད། །སློན་གྱི་བག་ཆགས་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པར་གོ། །རེ་ཞིག་ཐོ་  
རེངས་དུས་ཀྱི་མི་ཉམས་སྟེ། །བདག་ཉིད་དབུ་ཅ་དམར་པོའི་མདུན་འདུག་པའི། །སྟེང་གི་  
དགུང་སྟོན་མཐོན་པོའི་ངོས་དག་ལ། །ཁང་པ་དབག་མེད་ལྟོ་ནས་བྱང་དུ་སོང། །དེ་དབུས་  
ཅུང་ཟད་ཆེ་བ་གཅིག་སྒྲུང་བ། །རིམ་གྱིས་རེ་དམའ་རེ་དམའ་ཉིད་དུ་ཡུར། །ཉེ་བར་སྐྱེ་བ་ཆོ་  
ཆོས་རྩེ་སྒྲ་མ་ནི། །སེང་གོ་དམར་པོ་རལ་དམར་ཅན་ཆིབས་པ། །ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་སྟེ་བདག་གི་  
མདུན་དུ་བབས། །ཕྱོགས་གཅིག་ན་ནི་སྒྲ་མ་ག་གེད་ཏུ། །སྐྱུན་འབྲེན་དགྱིད་པོའི་ཕོ་ཉ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས། །སྐྱ་སྐབ་བཅུག་པའི་རྟར་བཅས་མི་འགའ་སྒྲུང། །བདག་གིས་བྱག་བྱས་བྱིན་  
སྐབས་ལུས་པའི་ཆོ། །བྱག་གཉིས་དབུར་བཅས་བདག་གི་མགོར་བཞག་ནས། །བུ་ཁྱོད་དེ་  
རིང་གསོལ་བ་གང་འདེབས་པ། །དེ་ནི་བདག་གིས་དམ་པར་སྦྱིན་ནོ་གསུང། །ཁྱོད་ཉིད་  
ལོ་བརྒྱའི་བར་དུ་ཞབས་བརྟན་པ། །དེ་ནི་གསོལ་བ་འདེབས་ཅེས་བརྗོད་པའི་ཆོ། །འོ་ན་དེ་  
བཞིན་དགྱིད་ཅེས་ཞལ་བཞེས་ནས། །སྐྱུན་དང་ཞལ་མཆུའི་བསྐྱར་ཐབས་བརྟ་མཛད་  
པས། །སྐྱུན་འབྲེན་དེ་དག་ག་གེད་སོང་བར་ཡུར། །ཕྱི་ནས་རེ་ཉིད་རྒྱལ་པའི་དྲུང་ཕོན་སྟེ། །  
ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་མཆོད་པ་རབ་མཛད་ནས། །ཉི་འོག་དབུས་ཀྱི་ཐིག་ལེར་སྒྲར་བྱོན་ཆོ། །  
ལྷ་ས་དེ་ལས་དབགས་བརྟན་བཞུགས་འབུལ་བཏང་བས། །སྐྱུག་ལའི་རྫོང་གི་ཀ་དུག་ཅེ་མོ་  
དུ། །སྐྱ་མཆོམས་ཆོ་སྐབ་ད་ལྟ་མཛད་རྒྱ་ཡི། །བཞུགས་གདན་རིམ་པས་ཤོམ་དང་དུས་  
མཆུངས་པས། །དམ་ཆོག་ཉེས་སྒྱོན་མེད་པར་དག་པའི་བྱིར། །རྟེན་འབྲེལ་མཆོག་ཏུ་  
འགྲིག་ཞེས་མཉེས་པར་ཡུར།

རེ་ཞིག་ཆོ་ན་ཐོ་རེངས་མི་ཉམས་སྟེ། །ངོ་མཆར་གཅུག་ལག་ཁང་ཆེན་ཡངས་པའི་  
ནང་། །སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་རང་བྱུང་དོ་རྩེ་ནི། །དངོས་སུ་བཞུགས་ཅེས་གཞན་དག་  
སྟོག་ཐོས་ནས། །དད་གུས་དྲག་པོས་ལུགས་སྟེ་མཛལ་དུ་བྱིན། །དེ་ཆོ་མཆོག་ཏུ་ཡངས་པའི་  
དྲི་གཅོང་ཁང་། །མཛེས་པའི་དབུས་ན་རིན་ཆེན་བྲི་མཐོན་སྟེ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རང་

བྱུང་ངོ་རྗེ་དངོས། །སྤྱི་ཚད་གཞུ་འདོམ་གཉིས་གསུམ་ཙམ་གྱི་ཚད། །དར་ཟབ་དུ་མའི་ན་  
 བཟས་རབ་བརྒྱབས་ཅིང་། །ཐོན་གའི་ཅོད་པན་དབུ་ལ་ལེགས་བསྒོས་པ། །ཞལ་དབྱིབས་  
 སྤྱི་འདྲ་མི་ཉག་ཏྲ་བདུན་མ། །རི་བཞིན་དངོས་སྤྱུ་རྩུར་པ་ལྟ་བུ་ལ། །འོད་ཟེར་མཚུངས་པ་  
 མེད་པ་འབར་བ་མཐོང་། །དད་པའི་གདུང་ལྷགས་དྲག་པོས་བྱག་བྱས་ནས། །སྤྱི་བོས་  
 གཏུགས་ཆོ་བྱག་ཟུང་བརྒྱ་གཉིས། །སྤྱི་བོར་དུས་གཅིག་ནན་ཏན་རིང་བཤོད་པས། །ལུས་  
 སེམས་སྤྱིད་ཅིང་མཆི་མའི་རྒྱན་རབ་ཟགས། །ཁུ་རམ་གྱུ་བཞི་པ་ཅིག་སྒྲེར་བརྩྭ་ནས། །  
 ལུལ་བས་དེ་ལ་ལྷགས་མཆིལ་བཏབ་ནས་ནི། །སྤྱི་ར་ཡང་བདག་ལ་གནང་སྟེ་ཞལ་འཇུག་  
 མཛད། །དགའ་བས་སྤྱིང་གའི་གོས་གྱི་བར་བརྩྭ་ནས། །གུས་བྱག་བྱས་པའི་མོད་ལ་  
 གཉིད་ཀྱང་སང། །ཕྱི་དུས་ཞལ་དབྱིབས་ཐ་དད་མེད་མཐོང་བས། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབས་པར་གོ། །བསྟེན་པ་རྣམས་གྱི་ལྷག་ཆད་བསྐྱང་བའི་བྱིར། །བསྟེན་གྲངས་བརྩ་  
 ཆའི་སྤྱིན་སྟེག་དབྱིད་ཉེའི་ཆོ། །མི་ལམ་ཉམས་སྤྱི་བདུད་མགོན་རྒྱུད་ནི། །གཞུགས་ཆད་  
 གཞུ་འདོམ་བཅོ་ལྔ་ཙམ་པ་ལ། །དར་ནག་གོས་ཁྱོན་རྒྱན་དང་བུལ་བ་ཞིག །རང་གི་འབྲོག་  
 དུའི་སྤྱགས་རྣམས་ཀུན་སྦྱོང་ཞིང་། །འདི་ལ་སྤྱིན་སྟེག་བྱད་གིང་བྱའོ་ཞེས། །ཕྱི་བ་དར་ནག་  
 གོས་གྱི་ཐུ་བར་སྤྱད། །གཟིམས་ཁང་རྒྱུ་གྱི་སྒོ་ལ་སྒྲེམ་པ་མཐོང་། །སྤྱིན་སྟེག་བར་ཆད་  
 མེད་པར་འགྲུབ་པར་གོ། །ལས་གསུམ་རྒྱས་པའི་སྤྱིན་སྟེག་བྱས་པའི་ཆོ། །མེ་ནི་ཁ་དོག་  
 བཅོ་མའི་གསེར་གྱི་མདོག །དབྱིབས་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་མཚོན་རྟེན་ཉིད། །བང་རིམ་  
 སོགས་ཀྱང་རབ་ཏུ་གསལ་བར་སྤྱང་། །དམ་ཆོས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནམ་སྟེ།

སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དང་པོའི་ཆོས་གསུམ་ལ། །འདག་སྤྱིར་ནས་བྱུང་ཞག་འགའ་ཙམ་འདུག་  
 བས། །ཆོས་རྗེ་སྤྱི་བ་དམ་པའི་སྤྱིན་སྟེག་བྱིན། །ལེགས་བསྐྱེད་སྤྱིང་གི་ཆོས་གྲུར་གདན་  
 ལེབས་ནས། །ཆོ་བརྩན་དུ་མས་བསྐྱེར་བའི་དབུས་སྤྱི་བརྟོལ། །ཆོ་འདིའི་ཆོ་ཐབས་རྣམ་པ་  
 མང་པོ་ལ། །དུག་ཅན་ཟས་ལྟར་ཞེན་པ་རྟག་ལོག་ཞིང་། །རྟག་ཏུ་དབེན་པ་ཉིད་ལ་གོམས་  
 པའི་རྒྱས། །འདྲུ་འཛིན་དེགས་པའི་སྤྱི་བོ་མང་མཐོང་ཆོ། །སྤྱིང་རྗེའི་མཆི་མ་རང་དབང་

མེད་པར་འབྲུགས། རྟིགས་དུས་ཆོས་པ་པལ་གྱི་ཚུལ་ལའང་སྟོ། །དེ་སྐད་སྟོ་གས་སྟིང་རྩེ་  
ཆེན་པོའི་ཉམས། །བསྐྱེལ་ཡང་འབྱེལ་བར་དཀའ་བ་རྟག་དུ་བྱུང་། །དེས་དངས་མགུར་དང་  
ཆོགས་བཅད་འགའ་ཡང་ཡོད། །ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །བཅོས་མིན་  
གཏུག་མའི་ཚུལ་ལས་མི་འདའ་བའི། །དེས་པའི་གོ་ཆ་སྤར་ཡང་བརྟན་པར་གྱུར། །

དེ་ནས་ཡོལ་གྱི་ཐེག་ཆེན་ཅེ་མོ་སྤྱ །ཉིད་གྱི་བཀའ་འབུམ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་དང་། །རྩོ་  
རྩེ་སྟིང་འགྲེལ་ཐུག་དོར་སྟོད་འགྲེལ་བཅས། །ཉེ་ལོའི་ཆོས་དུག་ཀྱང་པེ་རིམ་བ་བཞི། །  
སྤྱུ་མཁའ་མ་དང་སྤྱུ་དོན་དོར་རྩེའི་མགུར། །རིམ་ལྔ་བསྐྱུས་གསལ་སྤྱ་ཡའི་རྣལ་འབྱོར་  
གསུམ། །ཤེ་འཕོའི་ཞལ་གདམས་མི་ལའི་ཆོས་དུག་སྟེ། །མར་མའི་ཐུགས་གྱི་བརྟག་པ་དུ་  
མ་དང་། །སྤྱ་བཞི་དོ་སྟོད་མ་མགོན་སྟོར་གསུམ་དང་། །རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཀ་ཁ་སྟོར་གསུམ་  
དང་། །ཟབ་ཆོས་གདམས་དག་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ཡས་སྟེ། །གྲུབ་ཆེན་པག་གིའི་མན་དག་དུ་  
མ་གནང་། །འབྲི་ཁུང་ཟབ་ཆོས་བསྟན་པའི་སྟིང་པོར་བཅས། །ཡང་མགོན་པ་ཡི་ལྷན་ཅིག་  
སྟེས་སྟོར་ནི། །གཞུང་བྲིད་རྒྱལ་ཆོས་ཞལ་གདམས་རྣལ་འབྱོར་བཞི། །གཞན་ཡང་ཁ་  
འཐོར་དུ་མའང་ཁར་ལ་བསྐུལ། །སྤྱན་མར་མ་དང་གོང་ཁུག་མར་བཅས་པའི། །ཁྲ་གྲང་  
གོག་དེལ་བཅུ་བདུན་ལ་སོགས་གནང་། །ཁྱད་པར་བརྟག་གཉིས་བརྟག་པ་སྤྱ་མ་ཡི། །ལེ་  
བརྟན་པར་དུ་སྤྱར་ཆོས་ཞིབ་བཤད་མཛད། །ལྷག་མ་མཁྱོགས་བཤད་ལུང་ཐབས་ཚུལ་དུ་  
གསུངས། །ཕྱི་དུས་རྣམ་བཤད་ཡོངས་རྩོགས་ཉིད་ཀྱང་བསྐུལ། །དེ་ཆེ་ཉི་ལྷ་ལྟོ་ལུ་བ་ནས་  
བྱུང་སྟེ། །ཤར་ལྟེའི་ཐོགས་སུ་འགྲོ་བའི་མི་ལྷས་བྱུང་། །རྩེ་བཅུན་སྤྱ་མའི་སྤྱན་རྒྱར་གསོལ་  
བ་ན། །དགེ་བཤེས་སྟེ་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུངས་ནས་ནི། །དེ་བཞིན་འཆི་ལྷས་ཡིན་པས་སྟོག་  
དགོས་གསུང་། །སྟོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཆོད་བང་དང་། །ལྷ་བྲིད་གསུངས་  
ནས་ཞག་འགའ་བསྐྱས་པ་བྱས། །བར་ཆད་སོལ་བའི་བྲ་མོའི་རྟགས་འགའ་བྱུང་། །དགོན་  
གནས་ལ་སོགས་གཡང་བ་སྤངས་ནས་ཀྱང་། །སྤྱུ་བ་དབྱིད་ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་  
ཆེ། །བཀྲོན་ཐབས་དུ་མས་འགོག་པར་མཛད་པའི་མཐའ། །འོན་ཡང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་

པའི་བྱང་ལུས་ལ། །རི་རྒྱུད་བསྐྱལ་བ་དེ་བཞིན་ཟུང་ཞིག་གསུངས། །དེ་ནས་ལྷོ་རྒྱུད་གྲུབ་  
པའི་ཞིང་དུ་བྱིན། །སྤྲོ་ཚོགས་གཡེང་བ་དུ་མས་ཉིན་མཚན་འདས།།

རང་ལོ་ཉིང་བརྒྱད་ལོན་པའི་ལྷགས་ཡོས་ལོ། །ནག་ཁྲའི་ཡར་ཚེས་བཅུ་གསུམ་མཚན་  
ཐེང་ནས། །འཛིགས་སུ་རུང་བའི་ས་གཡོས་བསྐྱལ་བ་བྱུང་། །རི་བོའི་ཅེ་ཉིལ་ཆུ་ཀྱུན་  
གནས་དུ་འཛུང། །གོང་དང་གོང་ཁྱིམ་ལྷོངས་མང་ཕྱེ་མར་བསྐྱགས། །ལྷོ་ཕྱོགས་གཤིན་  
རྒྱུ་གོང་གི་རྩོམ་ཕྱེ་ནས། །སྤྱོད་པོ་མང་ཞིག་དེ་ནས་འདོང་གྲུར་ཡང་། །བདག་ཅག་འཁོར་  
བཅས་ཕྱོགས་དང་བཅས་པ་ལ། །དཀོན་མཆོག་མཐུ་ཡིས་གནོད་པར་མ་གྲུར་ཏོ། །ཁྱད་  
པར་རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལུན་ལ། །བརྟོད་པའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་ལེགས་སྦྱར་ཞིང་། །  
རྟེན་འབྲེལ་རྣམ་པ་རྩུང་ཟད་བགྱིས་པ་ཡིས། །དེ་ཕྱིན་ཞག་འགའི་བར་དུ་གཡོས་པ་  
རྣམས། །ཡུལ་གྲུ་དེ་རང་བདག་གི་བསྟི་གནས་དེར། །རྒྱུང་རྩར་གྲུར་ཞེས་གཞན་དག་སྒྲོག་  
པར་བྱེད། །དབྱར་དུས་དགྲང་རྒྱ་ཐེང་དང་གཉིས་ཀྱི་བར། །གྲུབ་པའི་རི་སྐལ་དཔེན་ཞིང་  
ཉམས་དགའ་བ། །གཉའ་གཉའ་ཞེས་བྱར་དཔེན་པ་བྱས་སྟེ་འདུག །དེ་ཆོད་པེན་པའི་ཡོན་  
ཏན་འགའ་ཞིག་རིག །དེ་ནི་ཆོ་འདི་སྒོ་ཡིས་གཏོང་སྟུང་པའི། །ཞེ་བཅད་དྲག་པོ་བསྐྱལ་བ་  
བཞིན་དུ་བྱུང་།།

དེ་ནས་སྐལ་མཁར་མདོ་ཁྱམས་ཆེན་མོ་ལ། །རྒྱལ་པའི་རྒྱ་གཟུགས་རིས་སུ་བྱིར་བཅུག་  
ནས། །དབྱེས་པ་དོ་རྩེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་བསྟེན་སྟེ། །རྒྱས་པའི་སྦྱིན་ཐེག་མངའ་དབུལ་  
དང་བཅས་པ། །རང་གིས་རབ་གནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བགྱིས། །བགེགས་རྒྱད་དུས་  
དང་ཡེ་ཤེས་གཞུག་པའི་ཆོ། །བྱིན་རྒྱབས་ཐེབས་པའི་མཚན་མ་རྩུང་ཟད་བྱུང་། །གཞན་  
ཡང་ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་མ་རེས་པ། །དུ་མར་རབ་ཏུ་གནས་པ་མང་བགྱིས་མོད། །དེ་  
དག་ཀྱུན་ལའང་གནས་སྐབས་རི་བཞིན་དུ། །ཁྱད་ཡང་ཆོ་གའི་ཡན་ལག་ཆང་བར་  
བགྱིས། །རྒྱས་པའི་ཆོ་ཡང་ལྷག་པའི་སྦྱོན་མ་སྦྱར། །བཤིས་པ་བརྗོད་པའི་ནས་ཅམ་འཁོར་

བ་ལ། །རབ་རྟ་གནས་པའི་མིང་རྟ་མ་འབྲུལ་ཙམ། །སྒྲ་མ་མཁས་པའི་བཀའ་བྲིན་མཐུ་  
ཡིས་བདོག་ །རྟེན་དེ་སྒྲར་ལས་རྩང་ཟད་སྒྲུམ་པ་དང་། །གཟི་ལོད་ལྷན་སྒྲུམ་བྱེད་པ་ཀུན་ལ་  
བྱུང་། །རང་གི་དོན་ནམ་སྒོ་བ་མ་གཞུག་སོགས་ཆེད། །དབྱིལ་འཁོར་མཆོད་པ་ལ་སོགས་  
བགྱིས་པའི་ཆེ། །རེས་འགའ་བདུད་ཅི་ཁོལ་ཞིང་འཕྱར་བ་དང་། །དགུན་དུས་ལྟ་ཤོས་  
མཆོད་ཡོན་ཆེར་འབྱུག་ཡང་། །འགའ་ཞིག་མི་འབྱུག་སོ་མར་གནས་པ་དང་། །མར་མེ་རྩང་  
དུས་རིང་དུ་བྱུབ་པ་སོགས། །དོ་མཆར་ལྟར་སྒྲུང་དེ་འདྲ་ལན་མང་སྒྲུང་།།

།སྒྲུལ་ཆེན་འདུས་པའི་གལ་དཔོན་མང་བགྱིས་ཆེ། །འགའ་ཞིག་ཕན་ཚུན་མི་སྒྲུན་ཆོག་  
མདའ་འཕེན། །ཕན་ཚུན་ཕྱོགས་བཅས་རྩྱུང་པར་རྩྱུམ་མཐོང་ན། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
གསོལ་བ་དུངས་ཙམ་བཏབ། །ཤེས་པ་སྒྲོས་དང་བྲལ་བ་རྒྱ་བཀྱེད་ནས། །སྒྲུང་བ་ཐིལ་  
མནན་ཆམ་གྱིས་བཞག་པའི་མོད། །ཚོད་པ་རྒྱ་མེད་ཞི་བ་ལན་མང་བྱུང་། །དེ་སྒྲུང་གང་དུ་  
གལ་དཔོན་བགྱིས་པ་འམ། །དབང་ཆོས་ལྷ་འམ་གཞན་ལ་བགད་ཀྱང་རུང་། །བར་ཆད་  
དབང་དུ་བྱུར་བ་མ་བྱན་ནོ། །རྒྱ་ཡིས་ཉེན་པའི་གྲོང་དང་ཞིང་སོགས་ལ། །སྤྱིང་རྗེས་དཀོན་  
མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བཏབ་ནས། །ནས་འབྲུ་འཐོར་བས་ཕྱི་ནས་གནོད་བྲལ་བ། །ལྟོ་  
དབུ་ཡལ་གྱུ་དུ་མར་ལན་མང་བྱུང་། །ཆར་གྱིས་འཐོངས་དུས་འགྲོ་ལ་སྤྱིང་རྗེའི་བྲོས། །  
རྗེས་ཀྱི་ཐོལ་གྱིས་ཡིག་ཐིན་སྒྲུལ་བ་འམ། །དཀོན་མཆོག་གསོལ་བ་རྩང་ཟད་བཏབ་པ་  
རེས། །རི་ལྟར་འདོད་བཞིན་རྟག་དུ་འབབ་པར་སྒྲུང་། །འདི་ལྟའི་ལྟས་ཀྱི་རྣམ་པ་བྲ་མོ་  
རྣམས། །ཆུར་མཐོང་འགའ་ཞིག་མགུ་བའི་གནས་ཡིན་མོད། །གཅིག་དུ་ངོ་མཆར་ཡིན་པར་  
མ་མཐོང་སྟེ། །ལ་ལ་ལྟའི་ཐུའི་བདུད་ཀྱིས་སྒྲུར་བའང་སྤིད། །རེས་འགའ་བསོད་ནམས་  
ཙམ་གྱིས་བྱུང་བའང་ཡོད། །འགའ་ཞིག་ལུས་པ་བྲ་མོ་ཡིན་སྤིད་ཀྱང་། །དེ་ཆོ་དབྱར་རྒྱགས་  
དགུན་དུ་ཐོས་པ་ལྟར། །མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་རིང་དུ་འབྱུར་བར་གོ། །གཞན་ཡང་བརྟན་པ་  
འམ་ནི་གཡོ་བ་ཡི། །འཛིགས་པའི་རྣམ་པ་ཆེ་བྲན་ཅི་བྱུང་ཡང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
སྒོ་ལྟོས་ཁལ་བ་ལས། །ཐབས་གཞན་སྒྲུ་ཆོགས་ནམ་ཡང་མ་བགྱིས་སོ།།

དེ་ལྟར་རང་ལོ་ཉེར་བརྒྱད་པར་འདས་ནས། །ཡོས་ལོ་སྟོན་ལྷ་ར་བ་ཤར་བའི་ཆོ། །  
 སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་ཞལ་རས་ལྟ་བུའི་སྒྲོད། །འཁོར་དང་བཙས་པ་ལམ་དུ་ཁྱལ་ས་  
 བས་མཆིས། །དེ་ཆོ་ལ་ཆེན་ལུང་སྟོང་ནམ་བུའོ་ཆོ། །ནམ་མཁའི་མདོག་དངས་འཇལ་  
 ཆོན་རབ་རྒྱ་བཀྲ། །ཉི་འོད་གསལ་བ་ཉིད་རྒྱ་བུང་བ་ཡིས། །མགོན་དེས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་  
 སྟུམ་བདག་ཉིད་སེམས། །

དེ་ནས་རང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅད་གྲུ་བ། །དགའ་བ་ཞེས་བྱ་རྩ་ལོ་འབྲུག་གི་ལོ། །ཆོ་འབྲུལ་ཆེན་  
 པོའི་དུས་ཆེན་བཙོ་ལའི་ཉིན། །བོད་ཡུལ་ལྷེ་བ་དབུས་རི་ནག་པོའི་རྒྱད། །གོང་ཡུལ་སྒྲ་  
 མེད་གསང་སྒྲགས་སྟོད་པའི་ཞིང་། །ཟེང་པོ་འབྲུམ་པ་སྐར་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ། །སངས་རྒྱས་  
 དངོས་སུ་མཇལ་བའི་སྐལ་བ་ཐོབ། །རྒྱལ་བའི་ལོ་བྱང་ཆེན་པོ་རིང་མོ་ནས། །མཐོང་བ་  
 ཅམ་གྱི་ལུས་གྱི་བ་སྒྲ་གཡོས། །མིག་ནས་མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་བསྟོག་མ་རུས། །དད་པའི་  
 རྟུགས་དྲག་རབ་རྒྱ་རྒྱས་པའི་སེམས། །ཀྲན་ནས་བཟུང་བར་དཀའ་བ་ཉིད་རྒྱ་བུང་། །  
 བདག་ཉིད་སྐར་མཐའི་དོས་སུ་སོན་པ་དང་། །གསོ་སྦྱང་གཞི་གསལ་བ་དུས་མཆུངས་ལྟར། །  
 རྩང་ཟད་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པ་ཅམ་དུ་གོ། །དེ་མ་ཐག་རྒྱ་མཇལ་བའི་སྒྲོད་རྒྱ་བྱིན། །མོས་  
 ལུས་དད་པའི་གདུང་རྟུགས་བཟོད་དཀའ་ཡང་། །ལུས་ངག་ནམ་འབྲུར་འཆར་བ་བསྟོག་  
 བུའི་ཕྱིར། །རྒྱ་ཡན་སྟོད་ཅིང་རང་གར་དོར་ན་ཡང་། །སྒྲང་ཐབས་ཉིད་རྒྱ་འཆར་བའི་འཕྲོ་  
 ཉིད་ལ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱིས་སྒྲུ་གསུང་བྲགས། །གཙུག་དུ་བསྐྱས་པ་འཇིག་  
 རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན། །བཀའ་འདྲིན་མཆུངས་མེད་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་གི། །ཞལ་གྱི་  
 དགྱིལ་འཁོར་ལྷ་ལྟར་གསལ་བ་མཐོང་། །དེ་ཡི་མོད་ལ་སྒྲར་གྱི་སྟོང་པོའི་སྟོ། །མཁའ་ལ་  
 བ་བུན་ཡལ་བ་བཞིན་ལྟར་སྟེ། །ནམ་མཁའ་སྦྱིན་ཐག་ཆད་པ་ལྟ་བུར་སྒྲང་། །ཟང་ཟིང་ལོ་  
 བྱད་བདོག་པ་ཅི་མཆིས་པ། །ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མཆོད་པའི་སྒྲོད་དུ་ལུལ། །སྟོན་ཆོ་  
 འཇིག་རྟེན་ཆོ་ཐབས་ཟང་ཟིང་ཀུན། །འདོར་འདོད་སྟོས་གཏང་གེས་པ་རྟག་ཡོད་ཀྱང་། །  
 ཅན་ཆོད་ཉིད་རྒྱ་འདོར་བར་མ་རུས་མོད། །བཀའ་འདྲིན་ཆེན་པོ་མཇལ་བའི་མོད་ཉིད་ལ། །



ཆེ་འདིའི་མདུད་པ་ཅན་གྱི་ཉིད་ཏུ་སོང་། །རང་གི་དགོན་གནས་འཁོར་དང་ཡོངས་སྤྱོད་  
 སོགས། །མདོར་ན་ཆེ་འདིའི་བདེ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་ལ། །གྲོག་ཆར་ཅམ་གྱི་སྒོ་ཡང་མ་གར་  
 རོ། །རང་གཞན་དོན་གྲུབ་མ་ཡིན་རྗེས་མཁུར། །ཐོག་མའི་དམ་ཆོས་འབྲེལ་བ་ཉིད་ཏུ་  
 གནང་། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒྱུ་ཡིད་ཀྱི་ལ་འཁོར་དུ། །འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་དྲིལ་བུ་བ་ཡི་  
 ལུགས། །དབང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ལེགས་པར་བརྩུལ། །སྤྱུ་སྤྱུ་ཞབས་དང་  
 ཐོགས་མེད་ལས་བརྒྱད་པའི། །སྒོན་པ་དང་ནི་འཇུག་པའི་སེམས་སྦྱེད་སྟེ། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་སྒྲོམ་ལན་གངས་དུ་མར་གནང་། །ཅིས་ཀུན་བརྩམས་པའི་རི་མོ་ཐོབ་ཅིག་གསུང་། །  
 ལེགས་པར་བཏབ་པས་གཟིགས་པའི་རྒྱལ་དུ་མཛད། །གཙུག་ལག་སྤེང་བ་ཞེས་བྱ་མིང་  
 ཏུ་བཏགས། །རྟ་བར་རྒྱལ་འཛིན་ཆལ་གྲུང་གདན་ལེགས་ཆེ། །མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་རྒྱུབ་  
 པའི་ཉེ་རྒྱུན། །རྣལ་འབྱོར་མ་ཡི་རྒྱུབ་པ་ལས་གཞན་མེད། །ཁྱོད་ཉིད་ཕྱིན་ཆེ་ལོ་པོའི་  
 བདུད་ཅི་ནི། །ག་ལུར་གྲུར་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡང་འགྲིག་པས། །རྣལ་འབྱོར་མ་ཡི་རྒྱུབ་པ་  
 གྱིས་ཅིག་གསུང་། །ཡག་མོའི་རྒྱུབ་ཐབས་མན་ངག་བཅས་པ་གནང་། །བདག་ཅག་ཆངས་  
 པ་མཆུངས་པར་སྤྱོད་པ་ལྟས། །ཞག་ནི་ཉེར་གཅིག་བསྟེན་པའི་ཁ་བསོས་སྟེ། །མཚན་ལྷན་  
 མཁའ་འགྲོའི་ཐོད་པ་སྒྲུག་ཅུང་དང་། །འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་འཕགས་པའི་དབུ་ཐོད་ཏུ། །ཅ་  
 བརྒྱད་སྟོང་དང་རྒྱུབ་ཇུས་མྱོད་བྱང་རྣམས། །རྒྱལ་བའི་ཕྱག་ལས་འདར་བ་ལེགས་སྤྲུགས་  
 སྟེ། །ཞག་བདུན་བརྒྱབས་ནས་དྲི་རོ་འབྱུར་པའི་ཆེ། །ས་ག་རྩེ་པའི་དུས་ཆེན་བཅེ་ལྔའི་  
 ཉིན། །དག་སྟོང་བརྒྱ་ཕྱག་སྦྱེད་དང་གཉིས་ཅམ་གྱིས། །གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་བདན་  
 རོལ་མོའི་རྒྱ། །སེར་སྤྱིང་བཅས་པས་རྒྱུབ་ཁང་ནས་བསུས་སྟེ། །རྒྱལ་བ་མཆོག་ཉིད་དྲི་  
 མཆོག་རེད་བུ་ཡིས། །ཕྱག་གི་པདྨ་མཛེས་པར་རྒྱན་བཞིན་དུ། །སེར་གའི་ཁྱི་ཆེན་དཔེ་རྩེ་  
 བལ་བའི་མདུན། །ས་གཞི་ངོས་ལ་གོས་བཟང་བཟུམ་པའི་སྟེང་། །ཞབས་རྒྱང་འགྲོ་བའི་  
 མཆོད་སྦྱོང་བསྟོད་པར་གྱུར། །ལས་མཐའ་བརྩུབ་པའི་སྒྲིན་ཐོག་མང་ཡང་བཞིས། །དེ་ལྟར་  
 བདུད་ཅིའི་རིལ་བུ་བརྒྱབས་པ་ལ། །བསྐྱགས་པ་ཆེར་མཛད་ཅུང་ཟད་མཉེས་པ་ཐོབ།

དེ་ནས་མི་བདག་པག་གི་དབང་པོ་ཉིད། །བདག་གི་ཆེད་དུ་ཀོང་པོར་བྱོན་པ་ཡི། །  
 དབྱར་ཞལ་བསྐྱོག་པ་ཉིད་ཏུ་མ་རྒྱས་ནས། །རེ་ཞིག་དཔལ་ལྷན་དྲོ་བོ་ལུང་དུ་བྱིན། །དགོན་  
 བས་ཆེ་ཕྱན་བྱི་ནང་བདོག་པར་བཅས། །མ་ལུས་གདན་ས་པ་ལ་ལེགས་པར་བཏང། །སྦྱོན་  
 བདག་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་དཔལ་འབྱོར་བ། །ཞལ་ངོར་བཅས་པས་བདག་ནི་རྒྱུད་ཏུ་ནས། །  
 མིག་འབྱས་ལྟ་བུར་གཅེས་པས་བསྟེན་པའི་བྱིར། །སེམས་ཀྱིས་འདོར་བར་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ཡང་། །བདོག་གྲུ་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་ཙམ་ཞིག་སྟེ། །སྟིང་པོས་དབེན་པའི་ངང་རྒྱལ་  
 རིག་པའི་བྱིར། །མཐར་ཐུག་དམ་ཆོས་ལྟན་ཅིག་སྦྱོད་པ་ཡིས། །ཡན་པར་འཇུག་པའི་སྦྱོན་  
 ལམ་བཏབ་བྱས་ནས། །ཉོས་པ་མེད་པར་རྒྱལ་བའི་བྱུང་དུ་བྱིན།།

བོད་ལུང་རྩོམ་ཆེན་ཅན་འདུག་པའི་ཆོ། །རྒྱལ་བས་རྩ་འདྲེན་མངགས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས། །ཆབ་ཤོག་དང་ནི་སྟོན་པའི་སྐྱུ་གཟུགས་དང་། །པོ་ཉི་གཅིག་དང་རྟེན་ཁེབས་བཟང་  
 པོ་སྟེ། །ནམ་གསུམ་ལག་ཏུ་བྱིན་པའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་། །བྱིན་ས་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་བདེན་པར་  
 ཐུར། །ཀོང་ཡུལ་བྲག་བྱིའི་ཆལ་དུ་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ། །མངོན་སུམ་ཉིད་ཏུ་ལྟ་བའི་སྐྱལ་བ་  
 ཐོབ། །སྐབས་ཅིག་ཐུགས་དམ་རྟེན་མང་རབ་གནས་ཆོ། །དབྱེས་པའི་རྩོ་རྩེ་ཡབ་བཀའ་  
 ཡུམ་བཀའ་ཡི། །དབང་བཞེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བདག་ལ་གནང་། །གསང་བ་འདུས་པ་  
 མི་བསྟོད་རྩོ་རྩེ་དང་། །གཉིས་མེད་ནམ་རྒྱལ་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་དམར་ནག །མ་རྩ་ལྷ་ལ་  
 དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། །གདན་བཞེ་ཡབ་བཀའ་ཡུམ་བཀའ་སོ་སོར་བཅས། །བདེ་མཆོག་  
 ལོ་ནག་དྲིལ་གསུམ་བཅུ་གསུམ་མ། །རྩ་རྩ་ལྷ་རྩ་ལོ་ལྷ་ལྷ་དང་། །མཁའ་འགོ་རྒྱ་མཆོ་  
 དབྱེས་རྩོར་རིགས་བསྐྱས་དང་། །རྟ་མགིན་ཐུགས་དྲིལ་ནག་རྒྱལ་ལག་གསུམ་སོགས། །  
 དབང་བསྐྱར་ཡོངས་རྫོགས་རེ་རེའང་ལན་མང་བསྐྱལ། །དབྱིལ་འཁོར་བྱི་བའི་ལྷ་གོན་ལ་  
 སོགས་པ། །ལས་ཀྱི་རྩོ་རྩེ་དབྱི་བའི་སྐྱལ་བ་བརྟེད། །དུས་མཁའ་བཀའ་འབུམ་ནང་ན་གང་  
 མཆིས་སོགས། །དབང་དང་རྩེས་གནང་ཆེ་ཕྱན་མང་ཞིག་དང་། །བྱིན་བསྐྱབས་བྱུང་པར་  
 ཐུར་པ་དབག་མེད་བསྐྱལ།།

ཤེས་ཕྱིན་མན་ངག་གསལ་བའི་བརྟན་བཅོས་ནི། །དྲང་མཛད་རྩེ་བཙུན་པལ་གསེའི་  
གཞུང་ལུགས་ཉིད། །སྒྲོས་སྟེ་རྣམ་པར་བཤད་པས་གཏན་དབབ་པ། །དུམ་བུ་ཁྲིགས་ཀྱིས་  
ཡོངས་སུ་ཆང་བ་དང་། །རིགས་གཞུང་རྒྱ་མཚོའི་བརྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་ལས། །ཆད་མའི་  
མདོ་དང་རྒྱས་པ་རྣམ་འགྲེལ་ལ། །རྣམ་བཤད་མདུ་བྱ་བྱང་བས་གསལ་བར་མཛད། །དེ་ཆོ་  
དོན་རྣམས་སྒྲུང་ཡང་སྒྲོར་བ་དང་། །དཀའ་བའི་གནས་ལ་དོགས་དཔྱོད་ནན་ཏན་ལུས། །  
བདེ་སྒྲག་ཉིད་ཀྱིས་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་ཡིན། །འབྲིང་དང་བསྐྱུས་པའང་བཟླ་གསལ་བས་གོ་བར་  
ཟུར། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་གྱི་བརྟན་བཅོས་ཀྱང་། །སྟེ་བཙུན་ངག་གི་རོལ་མཚོ་དང་  
སྒྲུང་སྟེ། །དཀའ་གནས་དོགས་དཔྱོད་བཅས་པས་དབྱིས་ཕྱིན་མཛད། །དབུ་མ་ཆེ་ལ་  
འཇུག་པའི་བརྟན་བཅོས་ནི། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་བའི་ཞབས་ཀྱི་རང་འགྲེལ་ཉིད། །རྩ་ལྷ་  
རྣམས་རྒྱས་འགྲེལ་དང་སྒྲུར་སྟེ། །ཞིབ་བཤད་མདུ་བྱ་བྱང་བས་བད་སྒྲོད་མཛད། །དོན་  
རྣམས་བསྐྱར་ཞིང་དཀའ་གནས་དོགས་དཔྱོད་བཞིས། །སྒྲི་ཕྱིངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་བསྟེན་  
ནས། །དགག་སྒྲུབ་བྱས་པའི་ཐུན་འགའ་མ་གཏོགས་པ། །དབྱིས་ཕྱིན་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་  
ཟུར་བ་ཡིན། །བརྟན་པའི་རྩ་བ་འདུལ་བའི་རྣམ་བཤད་ནི། །ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་འགྲེལ་ཆེན་མོ་  
ལུང་དུ་གནང་། །སྟོན་ནས་འདུལ་བའི་ལུང་ལ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར། །དངོས་བརྟན་དགོངས་པ་  
བཟླ་གསལ་བ་ཙམ་གྱིས་གོ། །སོ་སོ་ཐར་མདོ་ལེགས་པར་བཀྲལ་བ་དང་། །སྟླག་སྒྲུབ་པ་ཡི་  
བསྐྱབ་བྱ་ལ་སོགས་བསྟུལ།

སྒྲགས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་འཐར་རྒྱད་སྟེ། །ས་བཟང་མ་ཉིའི་ཁྲི་ཀ་དང་སྒྲུར་སྟེ། །  
གཞན་སྟོང་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་སུ་འགྲེལ་བ་དང་། །རིང་མདའ་བ་ཡི་ཁྲི་ཀ་དང་སྒྲུར་སྟེ། །རང་  
སྟོང་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་སུ་འགྲེལ་བ་གཉིས། །ཆོགས་ཆོས་ཉིད་དུ་རྣམ་བཤད་ཞིབ་མོར་  
བསྟུལ། །ཏ་ཅང་ནན་ཏན་དཔྱོད་པ་མ་གྲུབ་ཀྱང་། །སྟོན་དུས་སྟག་སྒྲུབ་པ་ཡི་འགྲེལ་བ་  
སོགས། །རྒྱད་སྟེ་ལུགས་འགའ་ནན་ཏན་བྱས་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཡང་གོ་བ་ཙམ་དུ་སྒྲོམ་པ་  
ཡིན།

ཡིད་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་པོའི་འདྲིང་ཚུལ་ལ། །དབྱེད་པའི་བརྟན་བཙུག་ཉིད་ཀྱིས་  
མཛད་པ་དེ། །ལེགས་པར་བདེ་སྤྱོད་དབྱིས་ཕྱིན་རབ་བརྩལ་བས། །ཕྱིན་ཆད་གསུང་  
རྣམས་ཉོགས་པ་སྤྲེལ་བར་གྱུར། །མཁའ་པ་ཆེན་པོ་ཁོ་ལ་བཞུགས་ཀྱི། །རྒྱུད་ལྗོངས་ཀྱི་རྣམ་ཆེན་  
པོ་བདེ་སྤྱོད་མཛད། །ལྡོ་ཆ་ཙམ་གྱི་བར་དུ་ཉིད་བར་ནི། །ནག་འཇམ་ཉིད་ཏུ་གསུང་ལས་  
བཟུང་ཞིང་བསྐྱར། །དེ་ཕྱིན་མཁྱེན་པ་བཤད་ལུང་ཐབས་ཉིད་ཏུ་གནང་། །མ་རྩ་སྤྲུ་ཡའི་  
རྒྱུད་ལྗོངས་ཐབས་ལ། །ཆོག་དོན་རྣམ་ཐུ་ལེགས་པར་གཏན་དབབ་མཛད། །སྒྲོབ་པ་འཛིག་  
རྟེན་མགོན་པོའི་དོན་ལྗོངས་ཀྱི། །དམ་ཆོས་དགོངས་པ་གཅིག་པའི་རྒྱས་བཤད་བརྩལ། །  
ལྷ་སྒྲོམ་སྤྱོད་པའི་ཆོམས་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །གསུངས་ལས་ཇི་ཙམ་དཔེས་པ་ཟིན་བྲིས་  
བཀྲིས། །ལྷག་མ་དགའ་པའི་གནས་ཀྱི་འགྲེལ་པའི་ཚུལ། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཐོག་མར་  
བརྩུ་མཛད་སྟེ། །ལེགས་པར་བརྩལ་ནས་དེ་ཉིད་སྤྱོད་གཞི་དང་། །བར་གྱི་མཆོམས་སྤྱོད་ཐ་  
མའི་མཐུན་འགྱུར་བཙས། །ཟིན་བྲིས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཀྱིས་ཅིག་གསུང་། །དེ་ལྷར་བཀྲིས་  
སྟེ་བཀའ་འབུམ་ནང་ན་བཞུགས། །ཇོགས་རིམ་ཟབ་མོ་རྣམ་པ་དུ་མ་དང་། །ཁྱིད་དང་མན་  
དག་ཟབ་ཅིང་གུངས་མང་བ། །རྒྱ་ཆེར་བརྩལ་སྟེ་པལ་ཆེར་ཉམས་ཁྱིད་བཀྲིས། །

སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །ཀྲོག་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་ཅེས་བཀའ་  
བསྒྲོས་ནས། །ཉིད་སྤྱི་སྤྱི་བརྟན་རིན་ཆེན་ལས་བྱས་དང་། །འདུལ་ཁྲིག་ཆེན་མོ་ཐུག་  
བྲིས་མ་ཉིད་དང་། །དྲིང་ཐོན་སྤང་གའི་རིས་ཀྱི་རྟེན་ལེབས་སྟེ། །རྣམ་གསུམ་རྟེན་འབྲེལ་  
དོན་དུ་གནང་བར་མཛད། །དེ་ཆོ་མི་ལམ་ན་ཡང་ལྷའི་གོས་ཀྱི། །རྒྱལ་མཆོན་གསེར་གྱི་ཡུ་  
བ་རབ་མཛེས་པ། །མཐོ་བྱེད་རི་བོ་བརྒྱ་ཐུག་དུ་མའི་ཆད། །ཆེ་མོར་གསེར་གྱི་ཉི་མའི་སྒྲིང་  
པོ་ནི། །འདྲ་འབར་རྒྱད་དུ་བྱུང་བས་རབ་སྤྱུས་པ། །བདག་གི་ལག་གིས་མཛོད་པར་བཟུང་  
སྟེ་འདུག །ཉི་མའང་གུང་གི་ཐིག་ལེར་བབ་པའི་ཕྱིར། །ཉི་མའི་འོད་ཟེར་མདུང་རྒྱགས་ལྷུང་  
བ་ནི། །རྒྱལ་མཆོན་ཉོག་ལ་རབ་དུ་རྟེག་པ་ཡིས། །དེ་གཉིས་འོད་ཟེར་དབྱེར་མེད་འཕྲོས་  
པ་ཡིས། །ཉིན་མོ་སྤོང་ཐུག་བསྐྱུས་པའི་སྤྱང་བ་བཞིན། །འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་

གསལ་བར་གྱུར། །དེ་ཆེ་མྱོང་གི་ནམ་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ། །རྩི་མོའི་སྒྲ་བརྟན་མང་པོ་  
 རབ་གྲག་ཞིང་། །མེ་ཏོག་ཆར་ཆེན་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ། །ཁྱད་པར་སྒྲོན་པོ་གསུམ་ཆེར་གྱུར་  
 བ་ཡིས། །བདག་དང་རྒྱལ་མཆོན་དེ་ལ་འཐོར་བ་མཐོང་། །བརྟན་ལ་རྩེད་ཟད་པར་པའི་  
 ལྷ་ས་སྒྲ་གོ། །འདུག་ནས་ཞག་གཉིས་འདས་པའི་དུས་ཤིང་དུ། །བྱ་རྒྱ་མཆུ་ཡིས་གཏ་  
 ཡོག་བཟུང་ནས་ནི། །གཞིའི་ལོགས་ལ་ལན་འགའ་བརྟན་བྱས་པས། །ལ་ལ་གཞི་བརྟུངས་  
 ལྷ་ས་འལྱལ་བ་སྒྲེས། །དེ་ནས་དགེ་འདུན་འདུ་པའི་ཟང་ཟང་ནི། །རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་ཞེས་དགེ་  
 འདུན་རྣམས་ལས་ཐོས། །དེ་ལྟར་སྒྲུལ་ལོ་སྒྲ་བ་དགུ་བ་ནས། །བྱ་ལོ་སྒྲ་བ་བཞི་པའི་བར་  
 དག་གི། །ལོ་ལྔའི་བར་དུ་སྒྲོག་པའི་གནས་བརྟན་བགྱིས།

དེ་ནས་གདན་ས་ཆེན་པོ་འབྲི་ཁུང་གི། །ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་གྲུང་གོད་ཅེས་བྱ་བར། །བདག་  
 ལ་བཀའ་ཡི་མཆིང་བ་རབ་བརྒྱལ་ནས། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཐུགས་དམ་བརྟགས་པ་  
 བཞིན། །ཐེ་སྟོང་གསུམ་པ་ཐུགས་ཀྱི་གྲུང་པོ་ལ། །སྒྲོག་གྲུའི་གཙུག་གི་སྟོན་པར་དབང་  
 བརྒྱར་མཛད། །དགེ་འདུན་འདུས་པ་དང་ནི་གང་ཟག་གི། །འཛོག་རྣམས་ཐེག་པར་བཅས་པ་  
 ལ་སོགས་དང་། །བདག་ཉིད་དབང་པའི་བདོག་གྲུ་ལེགས་པར་གཏད། །དགེ་འདུན་དམ་  
 ཆོས་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་བྱིར། །བདག་གིས་འབད་པ་དོན་ཡོད་ཉིད་ལྟར་ཏོ།

སྐབས་ཅིག་ཐུགས་མེར་གྱི་ལྷ་ཁང་དུ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྒྲུ་ཡི་སྒྲུང་བརྟན་དུང་། །  
 མེ་ལོང་ཞིག་ལ་སྒྲ་ཏིག་ཕྱ་བཀོད་ནས། །དད་པས་ཐུལ་སྟེ་སྟོན་ལམ་གསོལ་བཏབ་བྱས། །  
 ཞག་འགའ་ན་ནི་མི་ལམ་སྒྲུང་བ་རྒྱ། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གསེར་གྱི་བུ་ནི། །རིན་ཆེན་མང་  
 པོས་སྒྲུས་པ་འཛིན་བཞིན་དུ། །འདི་ནི་བྱོད་ཀྱིས་ཁོ་པོ་ལ་ཐུལ་པའི། །མེ་ལོང་དེ་ཉིད་ཡིན་  
 ཞེས་ཡང་ཡང་གསུང་། །སང་ཆེ་རྒྱལ་བ་མཆོག་ཉིད་སྟུན་རས་གཟིགས། །དངོས་སྒྲུབ་  
 པའི་དེས་ཤེས་བཅོས་མིན་སྒྲེས། །སྒྲུ་ཡི་སྒྲུང་བརྟན་དེ་ལ་འང་མོས་པ་ནི། །རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་  
 རྟེ་ཐད་མེད་པར་གོ།

མདོར་ན་བདག་འདྲ་མཆེད་པའི་དངོས་པོས་དཔེན། །རིགས་གཞུགས་འབྱོར་པས་  
 དམན་ལ་ཐོས་པ་ཞན། །བརྩོན་འགྲུས་ཆུང་ཞིང་ལེ་ལོས་དུས་འདས་ཕྱིར། །མཉེས་པ་རྣམ་  
 གསུམ་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་ཀྱང་། །དམ་ཆོས་བྱེད་ལོར་མོས་པ་ཙམ་ཉིད་ལས། །ཐུགས་གྱི་སྒྲས་  
 སུ་བཟུང་སྟེ་བཙུ་བས་བསྐྱངས། །དབང་དང་གདམས་ངག་གཞུང་བཤད་མ་ལུས་པ། །  
 རྒྱལ་བ་ཉིད་གྱིས་ཆེད་དུ་བརྟེན་པས་གནང་། །གནས་སྐབས་ནད་དང་འཆོ་བ་ཅི་བྱུང་  
 ཡང་། །གསང་ཆབ་བསྐུལ་བ་འབྱུངས་པས་གཞི་མེད་སོས། །ཡིད་ལ་འདོད་པའི་དོན་ཀྱང་  
 མ་ལུས་པ། །པལ་ཆེར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཙམ་གྱིས་གྲུབ། །རྣམ་རྟོག་སོམ་ཉིད་ཀྱི་བཙུ་  
 མ་ཆེས་པ། །ནམ་ཡང་ངག་དུ་བརྟེན་པར་མ་བགྱིས་ཀྱང་། །དུས་ལ་བབ་ཆེ་ཆོགས་སམ་  
 དཔེན་པ་སྤྱ། །ཐོགས་མེད་མ་ཕྱེན་པས་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་བཅད། །ཤེས་བྱ་རི་ལྷ་རི་སྟེད་  
 ཐམས་ཅད་ལ། །སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་སྒྲིབ་གཡོགས་མེད་པའི་སྒྱུན། །རྟག་ཏུ་མངའ་བའི་  
 དེས་པ་གཏིང་ནས་བརྟེན། །རྣམ་པར་ཐར་པའི་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ཡས་ཅིང་། །གཏིང་ཟབ་  
 འཕགས་མཆོག་གིས་ཀྱང་རྟོགས་དཀའ་བ། །བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་མཐའ་ཡས་མངའ་བར་  
 གོ། །དང་པོའི་ལས་ཅན་སྟོ་ཆུང་རྣམས་གཞུང་ཕྱིར། །དེ་དང་སྐལ་བ་མཆུངས་པར་སྟོན་  
 པའང་མཐོང་། །དྲེགས་ཤིང་འབྱིང་བ་སྐད་ཅིག་མི་མངའ་སྟེ། །མཉན་དེས་འགྲོགས་བདེའི་  
 རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ཡང་། །རིགས་དང་ཐོས་པའམ་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པས། །རབ་དྲེགས་  
 ཆངས་བསྟེམས་ཅན་རྣམས་ཉི་མའི་བྱང་། །སྒྲིན་བུའི་མེ་བཞིན་འགྱུར་བ་དུ་མ་མཐོང་། །  
 སྟོན་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་གྱི་བང་མཛོད་རྣམས། །རྒྱལ་འཆོས་འཆིང་བ་དུ་མས་བསྐྱམས་ན་  
 ཡང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཡི་རྩ་བེད་ཐོག་ཙམ་གྱིས། །རང་བཞིན་རབ་དུ་གསལ་བ་ཉིད་ཏུ་  
 སྟང་།

འབྲེལ་ཆད་ཐམས་ཅད་དོན་དང་ལྡན་པ་དང་། །ཅི་མཛད་ཡོན་ཏན་ཅི་གསུངས་  
 གདམས་ངག་ཞེས། །སྟོན་ནས་ཆོག་ཙམ་དུ་ནི་རབ་གྲགས་མོད། །དེས་པར་མངའ་བ་དེ་ནི་  
 བདག་གི་མགོན། །ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་རྒྱལ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །བདག་ནི་ཕྱོགས་ཞེན་

ཙམ་གྱིས་གྲས་མིན་སྟེ། །ཟང་ཟིང་གནང་བས་མགུ་བར་གྱུར་པའང་མིན། །རྟོན་དང་  
བུའུར་སྟེ་གྲགས་པ་འཁོར་གཡོག་སོགས། །ཁེ་གྲགས་ཆེད་དུ་གྲས་པའང་མ་ཡིན་སྟེ། །  
སྟན་གྲགས་ཙམ་གྱིས་མཐོ་འགྲིམས་བགྱིས་པའང་མིན། །ཐར་འདོད་ཆོ་འདིའི་ལམ་དུ་མི་  
སྦྱོར་ཞིང་། །ཐོ་ཆོམ་ཀུན་གཅོད་ཤེས་བྱ་མ་ལུས་མཆེན། །གསོལ་བ་བཏབ་ན་ཕྱིན་གྱིས་  
ཚྲོབ་ལུས་པའི། །ཡིད་ཆེས་ངེས་པ་གཏིང་ནས་བརྟེན་པ་ཡིན། །བདག་འདྲའི་སྤྱོ་བོ་ནམ་  
རྟོག་ཆར་རགས་པ། །ཡོག་རྟོག་མདུད་པས་རབ་གཟིངས་འདི་ཡིས་ཀྱང་། །རི་ལྷ་བྱར་ཡང་  
ཆད་བཟུང་མ་ལུས་སྟེ། །དེ་སྤྲད་བསམ་མི་བྱབ་པར་ཁོ་ཐག་ཆོད། །ལྷ་བསྟོམས་སྤྲགས་  
བསྐྱས་ལམ་གཞན་ཅི་བསྟོམས་ཀྱང་། །རྟོག་པ་གཅིག་ལ་གཅིག་འཕུད་ཤིང་བར་འདུག །  
མགོན་འདི་ཡིད་ལ་དུན་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་། །འབྲུལ་སྤང་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཆར་འཇིག་པ་  
དང་། །གཉེན་པོའི་སྒོ་ཀུན་གཅིག་ཆར་སྤྱོ་བའི་ཚུལ། །སྤང་མདའི་མཐོ་དམན་ལྷ་བྱར་  
འགྱུར་མཐོང་བས། །ཀུན་གོ་གཅིག་གིས་ཆོད་པར་ངེས་ཤེས་སྟེ། །

སྤྲུག་སྤྲུམ་སྤང་བ་པོ་ཡི་རིམ་པ་སྟེ། །གཟུགས་སྤྲུ་མཚན་དང་ཞལ་བྱག་སྤྲུ་ཚོགས་པ། །  
གང་ལ་གང་གིས་འདུལ་བའི་བརྟེན་བཏགས་ཙམ། །ཆོས་གྱི་སྤྲུ་ལམ་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྲུ་ནི། །རང་  
བཞིན་གཞོད་ནས་དག་པ་ཙམ་ལ་བརྟེན། །དེ་སྤྲད་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་སྤྲད་པ་ཡང་། །  
བརྟགས་ན་བདག་གི་མགོན་འདི་ཁོ་ན་ལས། །གཞན་ན་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་མ་འཆོལ་རྟོ། །  
དེ་སྤྲད་སྤྲུགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་དང་། །ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་  
དང་། །ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད་སྤང་མར་བཅས་ཀུན་ཡང་། །གཅིག་བསྐྱས་རྒྱལ་བ་ཉིད་རྒྱ་ཐག་  
ཆོད་པས། །གཞན་ན་ཡོད་སྤྲུམ་སྤྲད་ཅིག་མི་བདོག་གོ། །བདག་གི་ཐོག་མེད་འཁོར་བའི་  
དུས་ཕྱིན་ཆད། །རྒྱུད་ལ་དགེ་དང་ཡོན་ཏན་ཅི་བདོག་པ། །ཐམས་ཅད་མགོན་པོ་འདི་ཡི་  
བཀའ་འདྲིན་ཡིན། །བདག་གི་ལུས་སྤྲུག་བྱེ་མར་རབ་བྱས་པ། །ལན་གྲངས་རབ་འབྱམ་རྒྱ་  
མཚོའི་རྒྱལ་བཀོད་ཀྱང་། །རྒྱལ་བ་མཚོག་འདིའི་བཀའ་འདྲིན་ཆ་ཤས་ཀྱི། །ཆ་ཤས་ཙམ་ཡང་  
ཁེང་བར་མི་བདོག་གོ། །དེ་ཕྱིར་ལྷ་གཅིག་སྤྲུབས་གཅིག་དཔུང་གཉེན་གཅིག །བལྟ་བུའི་

ཡུལ་གཅིག་ཐོབ་བྱའི་འབྲས་ལྷན་གཅིག ། སྐྱབ་བྱའི་གཞི་གཅིག་ཡི་དམ་ཆོས་སྦྱོང་གཅིག །  
 ཀུན་གོ་གཅིག་ཆོད་མི་བསྐྱོད་རྒྱལ་བ་ཡིན། ། སྐྱབ་བྱའི་ལམ་གཅིག་ལྟ་སྒྲོམ་སྦྱོང་བ་གཅིག །  
 ཉམས་ལེན་གཤམ་སེལ་བོགས་འདོན་གཅིག་པ་ནི། ། མོས་གྲས་གསོལ་འདེབས་རྒྱལ་  
 འབྱོར་ཁོན་ཡིན། ། དེ་ཕྱིར་ཆོས་ཐོབ་སྒྲུ་མ་མང་ཡོད་ཀྱང་། ། གསོལ་འདེབས་སྒོ་གཏད་བྱ་  
 ཡུལ་གཅིག་ཉིད་ཡིན། ། གཞུང་ལུགས་གདམས་ངག་མང་ཞིག་གཤམ་ན་ཡང་། ། ཉམས་ལེན་  
 མོས་གྲས་ཕྱག་ཆེན་གཅིག་པ་ཡིན། ། སྒྲུ་མར་རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དངོས་བརྟེན་ནས། །  
 ཟང་ཟེང་མགོ་འདོན་རེ་བ་མ་བཞིས་སྟེ། ། སྒོ་གཏད་ཡིད་ཆེས་སྦྱིང་ཕུར་ཐེབས་པའི་ཕྱིར། །  
 དལ་འབྱོར་དོན་དང་ལྡན་སྟམ་རེས་འགའ་སེམས། །

གཞན་ཡང་སྟོན་པའི་བཀའ་ལ་མོས་པའི་རྒྱས། ། རབ་འབྲམ་གསུང་བ་རྒྱལ་བེམས་  
 དབང་ལྷག་ལས། ། རྒྱད་འབུམ་མདོ་མང་ལལ་ཆེན་གསུང་གསུང་སྟེ། ། བཀའ་འབྱུང་ནང་  
 ཆན་པོ་ཉི་དོན་གསུམ་དང་། ། བྱུ་བ་སྟེན་མན་སྟེ་ཆོས་རྒྱུད་བརྒྱ་ཅུ་དང་། ། ཉོན་དམ་བསྟེན་པ་  
 ལྟ་འདོད་མདོར་བསྟན་དང་། ། དབག་བསམ་འཕྲི་གིང་རྒྱ་འདི་འགྲེལ་ཆེན་གཉིས། ། ཆོས་  
 རྒྱལ་བཀའ་འབུམ་ཁྲོ་ཕུ་བརྒྱ་ཅུ་སོགས། ། པོ་ཉི་བརྒྱ་ཕྱག་ལོངས་པའི་བསྐྱག་ལུང་དང་། །  
 དབང་དང་རྗེས་གནང་ཆེ་ཕན་མང་ཞིག་ཞོད། ། སྐྱབ་བྱུག་ཏུ་ཉི་བ་ཙམ་ཞིག་བསྟེན། ། དེ་  
 ལྟར་སྟེས་ལུང་མ་མང་ཞིག་ལས། ། ཡོན་ཏན་ཆ་གསུམ་ཙམ་དེ་ནོད་པར་བྱས། ། ཅེ་གཅིག་  
 སྐྱབ་བ་བྱེད་པར་ཉག་སྦྱོ་ཡང་། ། ཉམས་ཡང་གཞན་དོན་ལྟར་སྦྱང་གིས་གཡངས་སྟེ། ། གཡེང་  
 པའི་འདམ་ལས་བཀའ་བར་མ་རྒྱས་སོ། ། འོན་ཡང་སྟོན་ནས་རྟེན་དང་བཀྱར་བསྟེན་དང་། །  
 ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་གཙོ་བོར་མ་བྱས་སྟེ། ། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་སྟེལ་མའི་རྩལ་ཏུ་སྦྱང་། ། དབང་  
 སྦྱང་དང་ནི་མཐུ་སྐྱབ་ལ་སོགས་པ། ། ཆོ་འདིའི་ཆེད་ཏུ་རིག་སྒྲགས་མ་སྦྱར་ཞིང་། ། སྟོམ་པ་  
 གསུམ་གྱི་སྦྱང་སྦྱང་གཙོ་བོ་རྒྱུས། ། ཅི་རྒྱས་ལག་ལེན་འདེབས་པའི་ལུགས་སུ་བཞིས། །  
 རྒྱུད་ཟད་ཙམ་གྱིས་ཆོག་འཛིན་མ་བཞིས་སྟེ། ། བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་རབ་འབྲམ་གསུང་  
 རབ་བསྟུས། ། ཀུན་ལ་གཞུ་བོར་གནས་པའི་སྒོ་ཡིས་དབྱད། ། བསྐྱག་ལུང་ཙམ་ལ་ཐོབ་



ཅེས་མ་བཞག་མྱེ། །ཤིན་ཏུ་དག་ལ་ན་ལ་བརྒྱུར་བརྟགས་ནས་ཀྱང་། །ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པའི་  
 དེས་པ་བརྟེན་པར་བྱས། །ཕྱི་གཏོར་ཙམ་གྱིས་གཞན་མགོ་མ་བསྐྱོར་མྱེ། །གཟུར་གནས་  
 བདེན་བྱང་གསོང་པོ་བགྱིས་པར་རྫོམ།།

ཐ་སྙད་རྟོག་གའི་གཙུག་ལག་ལགའ་ཤེས་ཀྱང་། །ཆོག་ཙམ་དག་ལ་ཡིད་རྟོན་མ་བགྱིས་  
 ཤིང་། །དེས་པའི་དོན་ལ་མོས་པ་ལམ་དུ་བགྱིས། །འིམ་གྲོ་ཆོ་རྒྱུ་ལ་སོགས་  
 བ། །ལུས་སྒོག་གཅེས་པར་འཛིན་པ་སློས་བཏང་མྱེ། །འདུན་མའི་སློ་བྱས་གང་ཡོད་ཤོག་  
 ལ་གཏད། །དག་འདུལ་གཉེན་འདབ་སྦྱོར་བར་མ་ཁོམ་མྱེ། །ཆོ་འདི་འི་མཐུན་འཇུག་ཀྱང་  
 ལ་བྱེ་བྱག་བཅུལ། །རང་སྤྱོད་སྒོག་གཞན་སྤྱོད་སྒོག་མང་པོ་མི་བདོག་མྱེ། །འགྲོ་ཀྱང་པ་མ་ཡིན་  
 བར་གོ་བའི་བྱིར། །ཐམས་ཅད་རང་གི་སྤྱོད་སྒོག་ལ་ཆོན་བཅད། །ཆགས་སྣང་སོག་ཅིང་  
 སྤྱིག་རྒྱུ་འཕེལ་མཐོང་ནས། །དགོན་གནས་འཛིན་དང་གྲ་སློབ་ཡོན་བདག་གི་ །རོ་སྣང་  
 སྤྱོད་སྒོག་དེས་འཛིན་པ་སློས་བཏང་མྱེ། །གར་སྦྱིད་པ་ལུལ་སྤྱུ་བམས་པ་མ་ཡིན། །གནས་ལ་  
 དེས་མེད་བྱང་བ་ཆང་ཆོལ་མྱེ། །ཆོ་འདི་དོན་གཉེར་རྣམས་དང་སློ་མི་བསྐྱུན། །འཆོ་བ་བྱ་  
 ཆོལ་བསོད་སྟོམས་སྦྱོད་པ་མྱེ། །ཟས་ནོར་གསལ་སའི་བང་མཛོད་བདག་ལ་མེད། །གང་དུ་  
 སྟོད་ཀྱང་སྤྱིས་མི་སྤྱང་ཞིང་། །གང་དུ་འགྲོ་ཡང་སྤྱིས་མི་བཤོལ་བ། །དེ་བྱིར་འགྲོ་  
 འདུག་བདེ་བ་ཙམ་ཞིག་ཡིན།།

ལྟ་དང་གྲུབ་མཐའི་ཆོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །སློས་བྱས་རྟོག་པའི་ཐེང་བ་ཡིན་  
 མཐོང་ནས། །ཐེར་ཟུག་ཞེན་པའི་སློ་ཡི་སྦྱུལ་མདུད་གྲོལ། །ཡིད་མ་ལྟ་ལ་དངོས་གྲུབ་མི་རེ་  
 ཞིང་། །ལྟ་བ་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་ལ་རག་མ་ལུས། །སློས་བྱས་རྣམ་རྟོག་སྒོམ་པར་མ་འཁུལ་  
 ཞིང་། །ཐེག་པ་ཀྱང་གྱི་སྦྱོད་པས་མ་བཅིངས་པ། །འབྲས་སུ་ཡིད་སྦྱོན་རེ་བ་མེད་པ་ཡིན། །  
 རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་བྱིན་བརྒྱབས་ཁོན་ཡིས། །བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་དུ་མ་  
 བེ། །སྤྱངས་པ་བགྱིས་དང་མ་བགྱིས་མང་ཞིག་ལ། །གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་སྒྲོབས་པ་རྩུང་

ཟད་ཐོབ། །མཐའ་བྲལ་དབྱ་མའི་གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་དང་། །དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ཟབ་ལམ་  
ལྷག་རྒྱ་ཆེ། །བཀའ་བརྒྱད་ཕྱིན་རྒྱལ་ལམ་དུ་གཅིག་འབྲེས་པ། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་  
མེད་གནད་གསང་ཅུང་ཟད་གོ།

དེས་པར་གཞན་ལ་ཡན་པའི་དོན་མཐོང་ན། །བདག་ལུས་དུམ་བུར་གསེ་ཞིང་བཅད་  
བྱས་ནས། །སྟེར་བར་རུས་པའི་སྒོ་ཞིག་ཡོད་མོད་ཀྱང་། །བདག་ཉིད་མཐུ་དང་རུས་པ་  
དམན་པའི་ཕྱིར། །གཞན་ལ་ཡན་དེས་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་མོད། །འོན་ཡང་འཆད་རྩིས་ལྟར་  
སྤང་འགའ་བཞིས་པ། །རྟིགས་དུས་དངོས་སུ་སྒྲིན་གྲོལ་མ་རུས་ཀྱང་། །བརྒྱད་ནས་གཞན་  
ལ་ཅུང་ཟད་ཡན་ནམ་སྟུམ། །ཕྱི་ནས་སྟེ་བ་ཆེ་རབས་ཀྱན་དུ་ཡང་། །ཞོགས་པའི་སངས་  
རྒྱུ་མི་བསྐྱོད་ཞབས་པད་དང་། །རྟེན་ཅིག་ཙམ་ཡང་འབྲལ་བ་མེད་པ་ཡིས། །གང་བཞེད་  
ཕྱིན་ལས་ཐམས་ཅད་བདེ་བླག་དུ། །ཐོགས་མེད་སྒྲུབ་པོར་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་པ་ཡིན། །  
ཐམས་ཅད་འདུན་པའི་བྱེད་པར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་འགྲུབ་པར་དེས་པ་  
སྟེ། །དེ་སྤྲད་རྒྱལ་བ་རིགས་བདག་མཆོག་ཉིད་ཀྱིས། །རྟག་པར་རྩེས་སུ་འཛིན་པར་གདོན་  
མི་ཟ།

མདོར་ན་བདག་ཉིད་སྟེས་ནས་ད་ལྟ་བར། །སྤྱོད་རྩལ་ཡོན་ཏན་ལྟ་བུར་སྤང་བ་རྣམས། །  
རགས་པར་བརྟོད་པ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་མོད། །སྒྲོན་གྱི་སྟངས་བ་བགྲང་གིས་རི་ལྟར་ལང་། །  
དེ་སྤྲད་རང་གི་རྟིགས་པ་བརྟོད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལྟར་བདག་རྩལ་དྲང་པོར་བརྟོད་འདི་ལས། །  
གལ་ཏེ་དགེ་བ་ཅུང་ཟད་ཐོབ་སྤྱིད་ན། །དེ་ཡིས་བདག་དང་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །རིགས་  
བདག་རྒྱལ་བ་ཉིད་དུ་གྲུབ་གྱུར་ཅིག།

རང་གི་རྟིགས་པ་བརྟོད་པ་འབྲུལ་པའི་བཞིན་རས་འཆར་པའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །ལུགས་  
གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མངའ་བ་བྱིང་པ་ཆོས་ཀྱི་རྩེ་ཀྱན་སྤངས་པ་ལུམ་སྤིང་གིས་ཐོག་མར་ནན་ཏན་  
ཆེས་ཆེན་པོས་བསྐྱེལ་བར་མཛད་པའི་རྒྱ་དང་། །ལྟོ་གནས་མཆོག་དཔལ་གྱི་རྩྭ་རི་ཉལ་གཞུག་གི་ནོར་བུ་དོ་རྩེ་  
འཛིན་པ་ཀྱན་དགའ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་གསུང་གིས་འབྲལ་དུ་བསྐྱེལ་བའི་རྟེན་ལྟན་ཅིག་པ་ལས་བཙོམ་

ལྷན་འདས་མི་སྒྲོད་ཞབས་སྒྲིང་གི་དབུས་སུ་འཛིན་པ་བསོད་སྟོམས་པ་གཙུག་ལག་གིས་བཅུང་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་  
ལོ་སོ་དགུ་པ་ཉུགས་མོ་བྲང་གི་ལོན་ག་པའི་རྒྱ་བ་ལ་ལྟོ་གནས་མཆོག་དཔལ་གྱི་ཕྱ་རི་ཤ། བདེ་ཆེན་རིགས་  
བསྐྱུས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་། གྲན་སྤང་སྤྱུ་འཕྱུལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ཆ། ཡུལ་སྤྲད་མཁའ་འགྲོའི་ཕོ་བྲང་གི་བྱེ་  
བྲག་དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོ་རེ་མ་ཉིད་ཕོ་བྲང་། རགས་ཚལ་སྤྲག་པོའི་དབུས་རོང་རྒྱང་བསམ་གཏན་གྱི་ཁང་བྱར་  
སྤྱར་བའོ། །



དབའ་བོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག

འདི་ག་མ་རྒྱ་བརྩ་བའི་མཛོད་ཁང་དུ་བཞག་ས་པའི་དབའ་བོ་  
གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་གསུང་ཐོར་བུའི་སྒྲིབ།

རྩེ་བཙུན་མར་པའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་གྲུབ་པའི་ངོ་མཚར་བཛོད་པ་ལྟེ། ༥༩

ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྟ་ལྟན་གྱིས་མན་ངག་ལྟེ། ༡༩

ཕྱག་ས་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆོས་བུ་ལྱག་ས་ལྟེ། ༥

རི་ཆོས་གནད་གྱི་ལྟ་མིག་ལྟེ། ༡༥

རྩེ་རང་བྱུང་བའི་གསུང་ལས་བྱུང་བ་རི་ཆོས་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་ལྟེ། ༡༠

སྐལ་ལྡན་བྱང་རྩུབ་དུ་བསྐྱལ་བའི་པོ་ཉ་སྟོང་པོའི་སྒྲིབ་གྱི་དམ་པ་ཐིན་ཡིག་ཆོག་ས་བཅད་  
གྱི་ཆོག་ས་ལྟེ། ༥༩ (མཁུ་པ།)

ཟབ་མོ་ལྟ་བའི་གཞུང་སྟོན་འཇུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་བླང་ཆོག་དང་། རྒྱ་ཆེན་སྟོན་པའི་  
གཞུང་བྱང་པའི་ལྱག་ས་གྱི་སེམས་སྐྱེད་གྱི་ཆོག་དང་། དོན་དམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་བླང་  
ཆོག་འཕགས་པ་ལྟ་སྒྲུབ་གྱིས་མཛོད་པ་རྣམས་ལྟེ། ༡༩

ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྟ་ལྟན་གྱི་གདམས་པ་དགོས་འདོད་སྟོལ་བ་མཆོག་གི་ནོར་བུའི་  
གཏེར་ལྟེ། ༩༥

བཙུམ་ལྡན་འདས་དབའ་རྣམ་པར་སྒྲུབ་མཛོད་གྱི་སྒྲོ་ནས་ངན་སོང་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་  
སྟོང་བར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་ཐབས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་ངན་འགོ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྟོང་  
བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཆོག་འབྲིང་པོ་ལྟེ། ༥༥

རྣམ་པར་འཐག་པ་བསྐྱུས་པའི་བསྐྱེད་བཙུམ་ལོག་རྟོག་རྣམ་སྟོང་ལྟེ། ༩༥

ལྟ་ཆེན་འཛམ་གླིང་རྒྱན་གྱི་གཟུངས་བཞག་ས་དཀར་ཆག་ལྟེ། ༡༥

དཔལ་རྩེ་བཙུན་རྩོམ་རྩེ་རྩལ་འབྱོར་མའི་གསང་བའི་རྒྱལ་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཟབ་  
མོ་རྣམ་འབྱེད་ལྟེན། ༡༣༥

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱ་མཚོ།

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱར་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁའ་  
པའི་དགའ་སྟོན།

དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་མན་ངག་ཅིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་བདུས་པ་རིན་པོ་ཆའི་  
རྒྱས་འགྲེལ་རིན་པོ་ཆའི་གཏེར་མཛོད།

དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་བདུས་པའི་འདས་ལོའི་རེད་མིག་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་བཀྲགས་པས་བྱུང་བ་ཆེན་པོ།

དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཅིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་བདུས་པའི་འདས་ལོའི་རེད་  
མིག་དངོས་རྣམས་བཞུགས་སོ།

༡ འོག་མིན་སྒྲུབ་མཁར་གྱི་གནས་རྒྱལ་པའི་ཕོ་བྱང་ཆེན་པོར་གསེར་ཐོག་རི་ལྷར་བརྒྱབ་པ་  
ལས་བརྒྱལ་པའི་དཀར་ཆག་གི་ཡིག་ཆངས་བཛོད་པ་དོ་མཆར་རྒྱ་མཚོ་མདུན་བྱུང་པའི་  
གཏམ་ལྟེན། ༣༩

༢ མཐུ་སྟོབས་ཡང་ཅེ་སོགས་ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེན། ༥

༣ མཐུ་སྟོབས་གྲིང་གི་བཀོད་ཡིག་ལྟེན། ༤

༤ སངས་རྒྱུ་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོའི་བྱང་བ་ལྟེན། ༧

༥ རྒྱ་མཁར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསེར་ཐོག་རི་ལྷར་བརྒྱབ་པའི་རྒྱལ་མདོར་བསྟུས་པ་ལྟེན། ༦

༦ རྒྱས་མཁར་རྒྱལ་པའི་ཕོ་བྱང་འོག་མིན་ཅེའི་རྒྱ་ལྷན་གནས་རྒྱལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་  
བཀོད་ཡིག་ལྟེན། ༤

- ༩ དྲིལ་ཐེང་གི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡
- ༡༠ རྒྱ་མཁར་གྱི་འོག་མིན་ཅེ་འེ་ལོགས་བྱིས་ནང་གི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩
- ༡༠ རྒྱ་མཁར་གྱི་བར་སྒོ་ཤར་འབྱམས་གྱི་བྱ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར་གསུམ་ལས་བྱ་རྒྱུད་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམས་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩
- ༡༡ ཐེག་མཆོག་སྤྲུགས་གྱི་ཕོ་བྲང་ཆེན་པོར་བྱ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར་གསུམ་ལས་སྤྱོད་རྒྱུད་རིགས་གསུམ་གྱི་སྐབས་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡༠
- ༡༢ ཐེག་མཆོག་ཕོ་བྲང་དུ་བྱ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར་གསུམ་ལས་བྱ་རྒྱུད་རིགས་དུག་གི་སྐབས་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩
- ༡༣ ཐེག་མཆོག་ཕོ་བྲང་གི་ལྗོ་ཤར་སྒོལ་མ་བརྒྱ་ཅེ་འེ་ལྷ་ཆོགས་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༤
- ༡༤ ཞིང་ཁམས་འདི་ལག་ཟེའ་ཡུམ་དང་ཆོགས་བདག་གིས་གཟུངས་མ་མགོན་གྱི་རྒྱུད་རིས་གཟུངས་རིས་འགའ་ལྟེ་བ། ༩
- ༡༥ མ་མགོན་གྱི་ཐང་རྒྱུའི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༥
- ༡༦ མཆོད་རྩས་ལུལ་པའི་ཞལ་ཡིག་བྱི་མོ་བརྟེན་པ་རྣམས་ལྟེ་བ། ༡༠
- ༡༧ སངས་རྒྱུས་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོའི་དྲི་གཙང་ཁང་དུ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རྣམས་གྱི་མཆོན་ཡིག་རགས་པ་ཙམ་ལྟེ་བ། ༩
- ༡༨ སྒྲ་མ་ལྷ་ཁང་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་སྒྲ་མ་དང་གཉིས་མེད་རྒྱུད་གྱི་ལྷ་ཆོགས་བཞུགས་པའི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡༤
- ༡༩ འོད་ལྷན་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡
- ༢༠ བཀོད་པ་བསམ་ཡས་སུ་སྤྱོད་པ་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་གཉིས་བཞུགས་པ་ལས་ལུབ་གྲུང་བདེ་མཆོག་མཁའ་འགོ་རྒྱ་མཆོ་སོགས་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩
- ༢༡ བཀོད་པ་བསམ་ཡས་སུ་བདེ་དབྱེས་སོགས་གྱི་རྒྱུད་རིས་བསྐྱུས་པའི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡

༡༩ དཔལ་ལོག་ལྷན་གཉིས། གྲུ། ལྷན་ཆེན་ཐོག་ལ། ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ། ཡེ་ཤེས་ཐོག་  
ལ། སྐུ་ཁྲ་ལྷན་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ། ༡༩

༢༠ བ་རྒྱུད་ལས་གསང་འདུས་སོགས་ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ། ༡༠

༢༡ བཀོད་བ་བསམ་ལས་སྐྱ་སྒྲ་མེད་པ་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་གཉིས་ལས་པ་རྒྱུད་གཤེད་སྒྲོར་  
ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ། ༡༡

༢༢ ཐོག་མཆོག་ཐུགས་ཀྱི་ཐོ་བྱང་དུ་བྱ་སྒྲོད་ནས་འཕྱོར་གསུམ་ལས་ནས་འཕྱོར་རྒྱུད་  
ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ། ༡༢

༢༣ རྟེན་འབྲེལ་གྱི་བརྟགས་དབྱེད་ལྟེ། ༢༤

༢༤ འཕགས་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་སྐྱབ་ཐབས་འདོད་འཛོའི་བུམ་བཟང་ལྟེ། ༢༥

༢༥ གསང་ཐུགས་བསྐྱེད་ལྟེ་ཐེད་བཤད་སོགས་དགོས་གཤེད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཕྱག་  
དཔེ་ལྟེ། ༡༡

༢༦ དཔལ་ལྷན་གྱི་འཁོར་ལོའི་མན་ངག་ཅིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་བརྟན་པའི་  
འདས་ལོའི་རེའུ་མིག་གསལ་བར་བྱེད་བ་བསྐྱེད་པས་བྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྟེ། ༢༧

༢༧ རྟེན་བཅུན་མར་པའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་བྱུང་བའི་ངོ་མཚར་བཞེད་པ་ལྟེ། ༢༨

༢༨ ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྟེ་ཕྱན་གྱི་གདམས་པ་དགོས་འདོད་སྐྱོལ་བ་མཆོག་གི་ནོར་བུའི་གཏེར་  
ལྟེ། ༡༢

༢༩ རྣམ་ཏྟག་ཆོས་སྒྲིའི་དོན་ཡང་དག་པར་བཞེད་པ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞལ་  
ལུང་ལྟེ། ༢

༣༠ དཔལ་ལྷན་གྱི་འཁོར་ལོའི་མན་ངག་ཅིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་བརྟན་པ་ཆེན་  
པོའི་རྒྱས་འབྲེལ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་མཛོད་ལྟེ། ༣༡

༣༡ གཙང་ཁང་དུ་ཞལ་ཡིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་ལྟེ་སྒྲོང་བཞི་བརྒྱ་དང་གསུམ་པ་  
ལྟེ། ༢



- ༣༥ བསྐལ་བཟང་གི་སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཡིག་ལྟེ་བ། ༧  
 ༣༦ མདོ་བྱམས་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱམས་པ་སོགས་གཙོ་བོ་བདུན་གྱི་མཚན་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡  
 ༣༧ ཟབ་མོ་ལྷ་བའི་སྒོ་སྤངས་དམ་ཅན་འཁོར་བཅས་ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡  
 ༣༨ རྒྱལ་སྤྲས་རྒྱ་མཚོའི་མདོ་རིས་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༡ ༣༩  
 ༣༩ སྒོ་གཡལས་སྤང་གི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༠ སང་ཁྱི་དོ་རྩེ་གདན་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༡ རྒྱ་གར་དོ་རྩེ་གདན་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༢ རྒྱང་བ་རབ་གསལ་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༣ ཐར་འཁོར་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༤ སྤྱད་འཁོར་དང་ཐར་འཁོར་གྱི་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༥ འདུལ་བའི་ཆོ་འཕུལ་བཀོད་ཡིག་ལྟེ་བ། ༩  
 ༤༦ རྩོམ་རྩལ་འབྱོར་མ་ལྷན་ཅིག་སྒྲུས་མའི་བསྐྱེད་རིམ་ལྷ་ཁྱིའི་རྩམ་བཤད་རྩམ་འབྱེད་  
 ཀྱི་སྒྲིང་པོ་བསྐྱུས་པ་ལྟེ་བ། ༣༩  
 ༤༧ མཁུར་ལྟེ་བ། ༤༧

༄། དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་གསུང་འབུམ་དཀར་  
ཆག་རྒྱས་པ་བཞུགས་སོ།།

༄། གྲིགས་བམ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ཐོ་ཡིག་རང་གིས་སྦྱར་བ་བཞུགས་སོ།།

ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་སྤྱོད་མ་ཡི་དམ་དང་།  
མཁའ་འགོ་ཆོས་སྦྱོང་ཀུན་ལ་བཏུང་བྱས་ཏེ།  
དཔལ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཐེང་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས།  
བརྩམས་པའི་ཆོས་ཀྱི་མིང་གི་ཐེང་བ་དགོད།།

དེ་ཡང་མཆོད་བརྗོད་བསྟོད་ཆོགས་ཀྱི་སྒོར། རྣམ་ཐར་ཆོས་འབྲུང་གི་སྒོར། རྒྱ་དང་སྐུན་  
དབྱེད་ཀྱི་སྒོར། མདོ་རྒྱུད་ལུང་བསྟུས་ཀྱི་སྒོར། རྣམ་བཤད་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་སྒོར། མདོན་  
དཀྱིལ་རྒྱུབ་ཐབས་ཀྱི་སྒོར། བྱ་བ་ཆོས་སྦྱོང་ཀྱི་སྒོར། རང་གི་རྟོགས་བརྗོད་ལ་སོགས་པ་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒོར། ཉམས་ལེན་ཁྲིད་ཡིག་གི་སྒོར། གནད་དུ་སོག་པར་འདོམས་པ་  
ཞལ་གདམས་སྤྱ་གཤམ་པའི་སྒོར། མན་པག་རྩ་ཆོགས་པའི་སྒོར། དཀར་ཆག་བཀོད་ཡིག་  
གི་སྒོར། རྩོ་བ་བཀྲ་གིས་ཀྱི་སྒོར་རྣམས་ལས།

དང་པོ་མཆོད་བརྗོད་བསྟོད་ཆོགས་ཀྱི་སྒོར་ལ། རྩེ་བཙུན་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་ཀམ་པའི་  
ཞབས་ལ་བསྟོད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐེང་བ་སོགས་བསྟོད་པ་གཉིས། བཙོམ་ལྷན་འདས་རྩོ་རྩེ་  
འཆང་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོད་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཉི་ལོ་པ་ལ་  
བསྟོད་པ་བྱིན་རླབས་འགྲུགས་བྱེད། ལྷ་རོ་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཐིན་ལས་བསྐྱལ་བ་ཞེ་གསུམ།  
བྱང་རྒྱུ་པ་སེམས་དཔལ་ལྷོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ལ་བསྟོད་པ་དང་པའི་རྩུ། དཔལ་ས་ར་ཉ་ཆེན་

བོ་ལ་བསྟོད་པ་བྱུང་བའི་ངོ་མཚར་གྱི་སྒྲིང་སྟོང་། རྟོན་པ་གཉིས་པ་སྤྱུ་ཞབས་ལ་བསྟོད་པ་  
 བཀའ་དྲིན་མི་བསྟུང་བའི་ས་བོན། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་ཏུ་དེ་མ་ལ་བསྟོད་པ། འཛིགས་བྲལ་སྒྲ་  
 བའི་ཞབས་ལ་བསྟོད་པ་བདེན་པའི་ཆོག ག་མ་རི་དབང་ལྷག་ལ་བསྟོད་པ་དེ་ཁོན་ཉིད་གྱི་  
 སྤྱུ། མངའ་བདག་མི་ཉི་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཡོན་ཏན་གསལ་བ་རྣམས་ལ་དཔེ་ཚན་གཅིག རྗེ་  
 མར་བ་ལ་བསྟོད་པ་ཡོན་ཏན་རྗེ་ལྟ་བུར་བརྟེན་པ། རྗེ་མི་ལ་ལ་བསྟོད་པ་བཀའ་དྲིན་བྲན་  
 པ། རྗེ་གླམ་པོ་པ་ལ་བསྟོད་པ་སྤྱ་མའི་ཡོན་ཏན་བྲན་པ་རྣམས། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྟ་  
 དབྱངས་ལ་བསྟོད་པ་བྱུང་བསྟན་སྒྲིང་བྱེད། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཞི་བའི་ལྟ་ལ་བསྟོད་པ་ངོ་  
 མཚར་སྒྲིང་བ། རྟོན་པ་གཉིས་པ་དབལ་ལྟན་མར་མེ་མཛད་བཟང་པོ་ལ་བསྟོད་པ་དད་པའི་  
 ལྷ་གྲུ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་སྟེ་མ། མཁས་ཤིང་བྱུང་བ་བརྟེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཆེན་པོ་མ་རྟ་ལོ་ལྷ་བ་བྱུམས་པའི་དབལ་ལ་བསྟོད་པ་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་བྲན་པ། རྗེ་བཙུན་  
 མཁན་ཆེན་ལོ་ལྷ་བ་ཆེན་(དོན་གྱི་སྤྱད་དུ་མཚན་ནས་སྟོས་ན་རྗེ་ཆོས་རྒྱུད་བཟང་པོ་མཆག) བོ་ལ་བསྟོད་པ་  
 ཡོན་ཏན་མི་ཟད་པའི་འབྱུང་གནས། མཁས་བྱུང་ཆེན་པོ་ཆོས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་  
 ལ་བསྟོད་པ་སྤྱ་མའི་ཡོན་ཏན་བྲན་བྱེད་དེ་ཙ་བརྒྱད་གྱི་སྤྱ་མའི་བསྟོད་པ་རྣམས་དང་།  
 བཙོམ་ལྟན་འདས་བྱུང་བའི་དབང་པོའི་སྟེས་པའི་རབས་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་ལ་  
 རྟག་འཆལ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ། སྟེས་པའི་རབས་མཆོག་ཏུ་ངོ་མཚར་བའི་དབག་  
 བསམ་གྱི་འབྲི་ཤིང་ཆེན་པོའི་ཡལ་འདབ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་ལ་རྟག་འཆལ་བའི་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་སྟོམ་ཆོག་དང་བཅས་པ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་མཛད་པ་བཙུག་གཉིས་གྱི་བསྟོད་  
 པ་གཉིས། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བར་བསྟོད་པ། བདུད་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་  
 བསྟོད་པ། སྤོ་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པ། རྟོན་པའི་བསྟོད་པ་ཡིད་གྱི་གདུང་བ་རྣམ་པར་  
 སེལ་བ། རྟོན་པ་ལ་བསྟོད་པ་བྱགས་རྗེ་རྣམ་པར་བརྒྱལ་བ། རྟོན་པ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་  
 ལ་བསྟོད་པ་ཡིད་གྱི་གདུང་བ་སེལ་བ། རྟོན་པ་ལ་བསྟོད་པ་བདུད་བཞི་རབ་ཏུ་བཙོམ་པ་  
 རྣམས་དཔེ་ཚན་གཅིག བརྒྱལ་བཟང་གི་སངས་རྒྱས་རྟོང་གི་མཚན་གྱི་ཁྲེང་བ་ལ་བསྟོད་པ་

དང་པའི་མེད་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་བྱེད་པའི་ཐུགས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བསྟོད་པ། ལྷག་པའི་ལྷ་ཡི་  
 དམ་གྱི་ལྷ་ལ་བསྟོད་པའི་ཆོག་ས་ལས། བཙུག་ལྷན་འདས་མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་  
 བསྟོད་པ་གསུམ། བཙུག་ལྷན་རིན་ཆེན་འབྲུང་ལྷན་ལ་བསྟོད་པ་རབ་ཏུ་བརྟན་པའི་དོ་རྩེ།  
 དོ་རྩེ་སེམས་དཔལ་ལ་བསྟོད་པ་དང་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུས། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་བསྟོད་  
 པ་རིན་ཆེན་ཐེང་བ། ཀྱུ་མུ་དྲུའི་ཐེང་བ། བསྟོད་པ་ཡིག་དྲུག་དང་སྒྲུར་བ་སྟེ་གསུམ།  
 འཕགས་མཆོག་འཛིན་རྟེན་གསུམ་གྱི་དབང་ལྷག་བརྒྱ་དཀར་པོའི་དཔལ་ལ་བསྟོད་པ་སྟོང་  
 རྩེ་ཀྱུ་མུ་མཛེས་པར་བཞད་པའི་རྒྱ་ལོད་སོགས་བསྟོད་པ་བཞི། བཙུག་ལྷན་གསང་བའི་  
 བདག་པོ་ལྷག་ན་དོ་རྩེ་ལ་རྒྱུད་བཞིན་དུ་བསྟོད་པ། བཙུག་ལྷན་གཏུམ་པོ་དཀར་པོ་ལ་  
 བསྟོད་པ་དང་པའི་སྟེ་མ་དང་། ཤེས་ལྷན་དཀར་པོ་ལ་བསྟོད་པ་གཉིས། འཕགས་མ་ཡིད་  
 བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཐུགས་རྩེ་ལ་བསྐྱལ་མ་གདབ་པ་དང་པའི་འཕྲི་ཤིང་སོགས་སྒྲོལ་མའི་  
 བསྟོད་པ་བདུན་དང་། དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོའི་བསྟོད་པ་དྲི་བའི་སྒྲུ་དབྱངས་སོགས་བསྟོད་པ་  
 གསུམ་དང་། ཆོས་སྦྱོང་ལ་བསྟོད་པ་བཞི་རྒྱུས། གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཆོག་ས་ལ་ཆོས་ཚན་  
 ཉེར་བདུན། བརྟན་བཞུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་ས་ལ་ཆོན་པ་བདུན། ཉེ་བའི་བྱང་སྟོད་དཔལ་  
 ལྷ་རི་དྲུའི་གནས་ལ་བསྟོད་པ་གཉིས་རྒྱུས་བཞུགས་སོ།།

**གཉིས་པ་རྣམ་ཐར་ཆོས་འབྲུང་གི་སྦྱོར་ལ།** བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལོ་རྟུ་བཟང་པོའི་  
 རྟོགས་པ་བརྟོན་པ་དང་པའི་འཕྲི་ཤིང་། རྩེ་བཙུན་མར་པའི་རྣམ་ཐར་ཐར་པ་གྲུབ་པའི་ངོ་  
 མཚར་བརྟོན་པ། བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མའི་རྣམ་ཐར་ཟིན་བྲིས་རྒྱུང་ཅ། རྩེ་དཔལ་པོ་སྐྱུ་སྟེ་  
 བ་རིམ་གྱི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཚར་སྟོང་པོ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་  
 བྱང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ཞེས་བྱ་བའི་ཡེགས་པར་བཤད་པ་ལ་  
 ཡན་ལག་ཆེན་པོ་ལྷ་ལས། ཐོག་མར་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྦྱིར་བསྟན་པ་སྟེ་ཡན་ལག་དང་  
 པོ། ཡན་ལག་གཉིས་པ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐུ་བས་ལ། སྟོན་པའི་མཛད་པ་བཤད་པ། བཀའ་བསྐྱེད་  
 བ་བྱང་བར་དུ་བཤད་པ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྟེན་རི་ལྷ་རྒྱུ་ཆུ་ལ་ཡན་ལ་དཔེ་ཆོན་

གཅིག་ཀྱི་ལོ་ཕྱོད་ཚུལ། ཡན་ལག་གསུམ་པ་བོད་ཡུལ་གྱི་སྐབས་ལ། བད་ཚན་བཅུ་  
 ལས་དང་པོར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བོད་བདག་གི་ར་མཛད་ཚུལ། གཉིས་པ་ཚོས་རྒྱལ་རིམ་པར་  
 ཕྱོད་པ་དང་ར་ས་བསམ་ཡས་ལས་འཕྲོས་པ་བསྟན་པ་མྱ་དར་གྱི་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ།  
 གསུམ་པ་འདུལ་བའི་ཚོས་འབྱུང་། བཞི་པ་ལོ་པར་རི་ལྟར་ཕྱོད་པ། ལྷ་པ་གསང་ཐུགས་ཐུ་  
 འབྱུང་གྱི་ཚོས་འབྱུང་དང་། དེའི་འཕྲོས་དོན་རྣམ་པར་འཐག་པ་བསྟུས་པའི་བསྟན་བཅོས་  
 ལོག་རྟོག་རྣམས་སྤྱོད་། རྟག་པ་བཀའ་གདམས་ཀྱི་ཚོས་འབྱུང་། བདུན་པ་བཀའ་བརྒྱད་སྤྱིའི་  
 ཚོས་འབྱུང་། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བྱུང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བོད་ཡུལ་གྱི་སྐབས་ལས།  
 སྐབས་བརྒྱད་པ་སྐབ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆོད་གི་ཚོས་འབྱུང་། སྐབས་དགུ་པ་འབྲི་ཁུང་བཀའ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་ཐར། ཚོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་གསུམ་པ་བོད་ཡུལ་གྱི་སྐབས་  
 ལས། བོད་ཡུལ་དུ་ཚོས་བརྒྱད་སྟོན་ཚོགས་པ་རི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚུལ་ལྟེ་སྐབས་བཅུ་པ། ཚོས་  
 འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། ཡན་ལག་བཞི་པ་ལི་ཡུལ། རྒྱ་ནག་མུ་མ། མི་ཉག་  
 ཉར། རྒྱ་ནག་ཁྲི་མ་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་འབྱུང་། ཚོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། ཡུལ་  
 སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་མ་བྱེ་བར་ཤེས་བྱའི་གཙོ་བོ་རིག་གནས་ལྟེ་རི་ལྟར་བྱུང་བ་བཤད་པ་ལྟེ་ཡན་  
 ལག་ལྟེ་པ་རྣམས་བཞུགས་སོ།།

གསུམ་པ་ཐུན་མོང་གི་རིག་གནས་སྐྱ་དང་སྐྱུན་དབྱེད་ཀྱི་རྫོང་ལ། ལེགས་སྦྱར་བསྐྱུག་  
 ཐབས་ཀྱི་རྩ་བ་སློབ་གསལ་འཇུག་པའི་སློབ་ཐར། དེའི་འགྲེལ་པ་བདུད་རྩིའི་འོད་མེད་། ཀ་  
 ལཱ་པའི་བསྟུས་དོན། མཚམས་སྦྱོར་མདོའི་འགྲེལ་པ། སློབ་ཐན་ཡུགས་ཀྱི་མཚམས་སྦྱོར་  
 རྟག་པའི་མཆན་འགྲེལ། མིང་ལོ་དང་པོའི་འགྲེལ་པ། སུམ་རྩུབ་ལུང་དུ་སྟོན་པའི་འགྲེལ་  
 པ། ཉགས་འཇུག་གི་འགྲེལ་པ་ཚོག་དོན་གསལ་བྱེད། སུམ་ཉགས་ཡུགས་ཀྱི་ཚོག་མཉེད།  
 སྟན་རག་མེ་ལོང་གི་མཆན་འགྲེལ། སྟེབ་སྦྱོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཀྱི་མཆན་འགྲེལ།

སྟན་དབྱེད་རྫོང་ལ། ཟུར་མཁར་པའི་བྱེ་བ་རིང་སྟེལ་གངས་ཅན་གངས་མེད་ཀྱི་སྟོར་པོ་

བཟུས་ནས་བཞོད་པ་ནི། ཅ་དབྱུད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། ཅུད་བྱུད་ཟླ་བའི་མེ་ལོང་། ཅུང་ནད་  
 གྱི་གསོ་བ་བརྟུང་བཟུས་རྒྱ་མཚོ། ཅོད་འཛངས་ཀྱི་བཅོས་བདུད་ཅིའི་འདྲོད་འཛོ། ཅོག་  
 ཅུང་སྒོས་བཅོས་བདུད་ཅིའི་མ་རྒྱབས། ཅོག་ཅུང་གི་བཅོས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱུད། ཅོ་བ་སྦྱི་  
 འཛོམས་རྒྱལ་ཁྲོན་དགུ་སྦྱོར། ཅོད་པར་ཀྱི་བཅོས་ཐེངས་སོས་ཟླ་ཐིགས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ།  
 ཅོ་བ་སྦྱི་འཛོམས་སྦྱོར་བའི་ག་ལུར། ཁྲིས་པ་ག་ཡ་ནག་པོའི་བཅོས། གཟེར་བཅོས་འཆི་བ་  
 བཤོལ་འདེབས། དེའི་ཞལ་གདམས་བྲ་ཁྲིད། གག་བཅོས་བཟུས་བ་སྒོག་གི་ཆད་འཐུད།  
 ཞ་རུ་འབྲི་གང་གི་སྒྲུལ་མར། མ་རྒྱའི་འཁྲལ་འཁོར་ཆར་ཟེམ། སྒངས་འབྱར་རེག་པ་ཟུག་  
 ཞིང་། ཏྲ་པོང་སྒོག་གི་ཆད་འཐུད། ཏུ་འཛོམས་དོ་རྗེའི་བྱུག་པ། སྦྱི་འཛོམས་གོ་བྱེལ་སྦྱོར་  
 བ། སྒོན་བཅོས་སྦྱོར་བ་སྒོག་སྒྲིང་། མགོ་སྒོན་ཡ་མ་རྒྱངས་འབྲིན། གཞན་ཡ་མའི་བཅོས་  
 གསུམ། གང་བ་སྦྱི་འཛོམས་བདུད་ཅིའི་བུམ་བརྟུད། དདལ་སྦྱོར་གསང་བའི་ཉམས་ཡིག་  
 ཏུ་ནད་སེལ་བ། འཛོར་ནད་བཅོས། མདོ་འབྲིན་སོགས། གཉན་ཁ་མེད་ཀྱི་བཅོས། དཀར་  
 པོ་ཆིག་ཐུབ་ཀྱི་སྦྱོར་ལྗེ་རོ་མཆར་སྒོག་སྦྱོབ། འབྲས་འདུས། ཁྲག་ཅུང་གི་གཟེར་ཁྲུས་བདུན་  
 མ། ཅུང་ཅོ་སྦྱོ་མགོའི་བཅོས། སྒོན་སྦྱོར་ལྷ་བ་རྒྱུན་གཅོད། སྦྱོངས་ཀྱི་སྒྲོར། དོ་ལྷན་གསལ་  
 སྦྱོན་དང་དོ་ལྷན་གཉེར་མཛོད། སྦྱོབས་བསྦྱེད། ཏུག་སྦྱང་བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་ཐིག་སྦྱི་འཛོམས་  
 དག་པོ་བརྟུག་སུམ། ཏུག་གི་སྦྱང་བ། སྦྱོངས་ཆད་སེལ་བ། ཀར་བམ་ཀྱི་བཅོས་གནམ་  
 རུགས་དོ་རྗེ། མ་བཅོས་བདུད་ཅིའི་མ། རྒྱ་གན་བཅོས་ཟབ་མོ། མ་སྒྲུན་ཡང་གསང་སྒྲུན་  
 གཅིག་མགོ་སྒྲུན་གསང་བ་ལྟ་སྦྱོར། སི་རྩི་ཕུ་ལའི་སྦྱོར་བ། མིག་སྒྲུན་པ་སོགས་པའི་ཟིན་  
 དྲིས་མང་ཞིག་ཀར་འབམ་ཀྱི་སྦྱོས་བཅོས། དདལ་རྒྱའི་ཏུག་འཕྲོག་སྒྲགས་ལ་བརྟེན་པ་  
 རྣམས་བཞུགས་སོ།།

བཞི་པ་མདོ་རྒྱུད་ལུང་བཟུས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ། མདོ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ལུང་བཟུས། མདོ་སྒྲེ་  
 ལས་བརྒྱ་དང་གང་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་བརྟུན་ཀྱི་སྒྲུལ་ཆོག་མདོ་མཛངས་རྒྱུན་ཀྱི་དོན་  
 བཟུས། མཛངས་རྒྱུན་ཀྱི་སྒྲུལ་ཆོག་རྒྱུད་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ལུང་བཟུས། དོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོའི་

རྒྱུད་དང་གདན་བཞིའི་རྒྱུད་དང་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱུད་རྣམས་ལས་གསུངས་པ་  
དབྱངས་བརྟག་ཏིས། ཁྱིམ་བརྟག་ཏིས། ཏུས་སྦྱོར་བརྟག་ཏིས། རྟེན་འབྲེལ་བརྟག་ཏིས་  
རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་མདོ་ཡིག་གོ་སྟོན་པར་བསྟན་པ། རྒྱུད་ཀྱི་གསུངས་དང་མན་ངག་སྟེ་  
ཚོགས་བསྟན་པ་རྣམས་བཞུགས་སོ།།

ལྷ་པ་རྣམ་བཤད་ཟིན་ཁྱིམ་གྱི་སྒྲོང་ལ། མདོ་ཐོགས་དང་། མདོ་སྟགས་ཐུན་མོང་། ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་སྟགས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ལས་དང་བོ། དམ་པའི་ཚོས་འདུལ་བའི་བཀའ་དང་  
བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་གཅིག་དུ་འདུས་པ་ཐྱིག་ཆེན་ཉི་མའི་དཀྱིལ་ལའོར་འཆར་བར་  
འགྱུར་བའི་སྐུ་རེངས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྦྱི་དོན་དང་བསྟུས་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ།  
དབྱར་གནས་དང་དགག་དབྱེའི་གཞིའི་ཚོག་གསོ་སྦྱོར་གི་ཆོག་ ཏུས་འདས་འབྱུང་རི་ལྟར་  
བརྟོན་པ། དག་སྦྱོར་གི་སྒྲུང་བ་སྦྱིན་པའི་ཆོ་དུས་བརྟོན་པ། སྦྱོད་འཇུག་གེས་ལའི་མཆན་  
འབྲེལ། རྒྱུད་བྲ་མའི་མཆན་འབྲེལ། ཡན་ལག་གི་ལྟར་བ་བརྒྱུད་ཚུའི་བརྟོམས་ཀྱི་མཆན་  
འབྲེལ། བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཐོག་ཆེན་ཆོས་  
ཀྱི་རྒྱ་མཚོ།

གཏིས་པ་མདོ་སྟགས་ཐུན་མོང་ལ། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མ་མེ་བསྦྱོད་དོ་རྟེ་  
ཞབས་ཀྱིས་སྦྱོབ་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོའི་དཔོན་མཁྱེན་རབ་ཀྱི་དབང་ལྷག་  
རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ལ་དམ་པའི་ཚོས་དགོངས་པ་གཅིག་པའི་བཤད་པ་  
དབྱེས་པར་གནང་བ་ལས། ཚོམས་དང་པོའི་ཟིན་ཁྱིམ། སོ་ཐར་གནད་བསྟུས་ཀྱི་ཚོམས་ཀྱི་  
ཟིན་ཁྱིམ། བྱང་སེམས་སྟོམ་པའི་ཚོམས་ཀྱི་ཟིན་ཁྱིམ། སྟགས་སྟོམ་ཀྱི་ཚོམས་ཀྱི་ཟིན་ཁྱིམ།  
ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་ཚོམས་ཀྱི་ཟིན་ཁྱིམ། རྟེན་འབྲེལ་ཀྱི་ཚོམས་ཀྱི་ཟིན་ཁྱིམ། འབས་ལ་  
སངས་རྒྱས་པའི་ཚོམས་ཀྱི་ཟིན་ཁྱིམ།

གསུམ་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟགས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ལ། རྟེ་བརྟན་དོ་རྟེ་རྣལ་འབྱོར་

མའི་གསང་པའི་སྤྱབ་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཟབ་མོ་སྤྲང་འབྲེད། རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྤྱི་  
 གྲུབ་པ་ལས་བརྒྱམས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ། རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྤྱི་དོན་ཡང་དག་པར་  
 བརྗོད་པ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞལ་ལུང་། བདེ་བར་གསེགས་པའི་གཞུང་རྣམ་(འདི་འཇམ་  
 དབྱངས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་མཛད་པ་དེ་ཡིན། མཆན།) བར་འབྲེད་པའི་འགྲེལ་བཤད་བརྗོད་དོན་གསལ་  
 བྱེད། མོས་གྲས་བརྒྱན་པའི་འགྲེལ་པ། རྫོ་རྗེ་སྒོ་བ་དཔོན་བསྟེན་རྒྱལ་མདོར་བསྐྱས་པ། ལྷ་  
 མ་ལུ་བརྒྱལ་བའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཐར་པའི་འཇུག་སྒོ། དབང་གི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྐྱས།  
 རྫོ་རྗེ་བྲིལ་བུའི་རྣམ་གཞག་ཟུང་འཇུག་གསང་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། བརྒྱས་པའི་རྣམ་གཞག་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་གཏེར་མཛོད། མཆོད་རྟེན་ཀྱི་ཐིག་ཅུ། དཀྱིལ་འཁོར་  
 སྤྱིའི་ཐིག་གི་རྣམ་པར་བཞག་པ། དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་གཞག་བུ་ལུགས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས། ཟབ་  
 མོ་ནང་དོན་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་སྤྱུལ་(འདི་ཡང་ཞབས་བྱུང་ནས་ཟིན་བྲིས་མཛད་པ་མ་གཏོགས་བདག་རང་གི་བརྒྱམས་  
 བ་དང་འབྲུ་བ་ཡོད། མཆན།) སྤྱི་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པ་མཐོང་བས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ། གསང་ཐུགས་  
 ཟབ་མོ་ནང་དོན་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་རྣམ་པར་བཤད་པ། རྣམ་ཤེས་ལེ་ཤེས་བརྟག་པ། ལྷ་མེད་པའི་  
 མཆན་འགྲེལ། བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷ་བ་ནམ་མཁའ་རྫོ་རྗེའི་མཆན་འགྲེལ། བྱག་ཆེན་གཤམ་མའི་  
 མཆན་འགྲེལ། ཤ་མ་འིའི་དོ་རྩ་བརྟའི་གྲུ། རྟེ་ལོ་པའི་དོ་རྩ་མཛོད། ལྷ་རོ་པའི་ལྷ་བ་མདོར་  
 བསྐྱས་རྣམས་ཀྱི་མཆན་འགྲེལ། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་མན་ངག་རྩིས་ཀྱི་བསྟན་  
 བཅོས་ཀྱན་ལས་བརྒྱས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱས་འགྲེལ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་མཛོད། དཔལ་དུས་  
 ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་བརྒྱས་པའི་འདས་ལོའི་རེ་ལུ་མིག་གསལ་བར་བྱེད་  
 པ་བསྐྱགས་པས་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྩིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་  
 ལས་བརྒྱས་པའི་འདས་ལོའི་རེ་ལུ་མིག་དངོས་རྣམས་བཞུགས་སོ།

**དུག་པ་མཛོན་དཀྱིལ་སྤྱབ་ཐབས་ལ།** དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྤྱབ་ཐབས་ཡན་  
 ལག་དང་བཅས་པ་རྒྱལ་བ་རང་བྱུང་རྫོ་རྗེའི་དགོངས་པ་སྤྲང་བར་བྱེད་པ་རྒྱུད་འགྲེལ་ཀྱི་  
 སྒྲིང་པོ་ལས་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་སྤྱབས། དུས་འཁོར་ལུས་དཀྱིལ་དུ་སྒྲོམ་པ། བྱགས་



དམ་ལྷ་ཚན་ལཱ་མངོན་དགྱིལ། བདེ་མཆོག་ལྷ་ལཱ་རྒྱུ་ཐབས་དང་དབང་གི་རིམ་པ། རྟེན་  
 ཏུས་མཁུན་གྱི་ཐུགས་དམ་དགྱེས་རྟོར་ལྷ་ལཱ་ཉིང་འཛིན་གྱི་དབང་བྱུང་ཚུལ། རྒྱལ་བ་རྒྱ་  
 མཚོ་ལྷ་ལྷ་དགའི་ཆོག་པའི་ཟིན་བྲིས་དངོས་གྲུབ་གྱི་བར་མཛོད། རྟོ་རྟེན་ལ་འབྱོར་མའི་ལས་  
 བཞིའི་སྒྲིན་སྒྲེག་གི་ངག་འདོན། རྒྱལ་འབྱོར་མའི་སྒྲིན་སྒྲེག་གི་ཆོག་ལས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་བ་  
 བྱེད། རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་ལཱ་སྒྲིན་ཏུས་ངན་འགོ་རྒྱལ་པར་སྦྱོང་བའི་ཆོག་ཐར་བ་མཆོག་གི་  
 འཇུག་དོགས། རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེའི་དེའི་ཚུམ་བསྐལ་གྱི་བཀའ་ཤོག་སྦྱོང་དགྱིལ་བཅུ་  
 གཉིས་གྱི་མངོན་དགྱིལ་མདོར་བསྐྱས། གསང་བའི་བདག་པོ་ཐུག་ན་རྟོ་རྟེན་འཆི་བདག་  
 འཛམས་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོས་རང་བཞིན་གྱི་དོན་རི་ལྷ་པ་བ་དོན་ཀུན་རྒྱུ་བྱེད།  
 དྲུང་མཛད་ཀུན་རིག་ཆེན་མོའི་ཆོག་འབྲིང་པོ་ཟུར་དུ་བྱེད་པ་ངན་འགོ་ཡོངས་སྦྱོང་། འཕགས་  
 མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལཱ་ལཱ་ཐབས་འདོད་འཛོའི་བུམ་བཟང་། དེའི་ཆེ་ཁྲིད། ཡང་དེའི་  
 ཆེ་རྒྱུ་པར་ཆེན་ངག་དབང་གུགས་པའི་གསུང་གི་སྒྲིང་པོ། གཙུག་ཉིར་རྒྱལ་ལཱ་མའི་རྒྱུ་བ་  
 ཐབས་དོན་ཀུན་རྒྱུ་བྱེད། ཐུག་ན་རྟོ་རྟེན་རྒྱུ་ཐབས་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བ། ཐུག་རྟོར་  
 འབྱུང་པོ་འདུལ་བྱེད་གྱི་རྒྱུ་ཐབས་རྟེན་གནང་དང་བཅས་པ། ཐུག་རྟོར་གཏུམ་མོའི་རྒྱུ་བ་  
 ཐབས་དབང་མཆོག་གི་ཟིན་བྲིས་བསྐྱས་པ། ཐུགས་རྟེན་ཆེན་པོ་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་རྒྱུ་བ་  
 ཐབས་རྒྱ་གཞུང་དང་སྦྱར་བ། དེའི་ལག་ལེན་སློ་གྲོས་སར་བུའི་ཉེར་མཁོ། ཆོད་པག་མེད་  
 གྲུབ་རྒྱལ་མའི་སྦྱོང་རྟོགས་ཆོད་བང་དང་བཅས་པ། གྲུབ་རྒྱལ་ཆེ་རྒྱུ་བ་གྱི་སྒྲིང་པོ། ཆེ་རྒྱུ་བ་  
 རིན་ཆེན་ཉི་འོད་གྱི་ཆོག་པའི་རིམ་པ་འཆི་མེད་རྟོ་རྟེན་པར་མཛོད། བཀའ་གཉིར་གཉིས་ཀ་  
 དང་མི་འགལ་བའི་གྲུ་རྒྱུག་པོའི་ལས་བྱང་དབང་ཆོག་ བཀའ་གཉིར་གཉིས་ཀ་དང་མི་  
 འགལ་བའི་གྲུ་རྒྱུག་པོའི་ལས་བྱང་དབང་ཆོག་ འཕགས་པ་འཇམ་དབལ་དཀར་པོ་ཤེས་  
 རབ་སློ་འཕེལ་གྱི་རྒྱུ་ཐབས་གཞན་པུན་སྦྱང་བ། རབ་གནས་གྱི་ཆོག་པ་དེ་ལེགས་མཆོག་  
 གི་བར་མཛོད། ཏྲ་མགྲིན་ལུགས་རལ་ཅན་རྒྱུ་ཐབས་བསྐྱས་པ། མཁའ་འགོ་སེང་གདོང་  
 མའི་རྟེན་གནང་། ཞིང་སྦྱང་གི་རྟེན་གནང་། དཔལ་རྟོ་རྟེན་པོ་ཆེན་པོ་རྒྱུ་བ་ཅིང་མཆོད་

བསྟོད་ཀྱི་བྱ་བའི་རིམ་པ་གནས་ལྷགས་དོ་རྗེ་མེ་ཆར་ཞེས་བྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་གཉིས། དེའི་གཏོར་  
 ཆོག་འབྲིང་པོ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྱུང་གནས། སྤྱན་གཟུགས་འཁུལ་བའི་ཆོགས་བཅད།  
 དབལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དུད་སོལ་མའི་གཏོར་ཆོག་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྱུང་། མ་མགོན་ལའོར་  
 བཅས་ཀྱི་དྲག་བསྐྱུལ། ལུད་གཏོར་གྱི་ཆོག་མཆོད་སྤྱན་གྱི་རོལ་མཆོ། བཞེས་འབོད་ལོག་  
 འདྲན་སྒྲོལ་བའི་དྲག་བསྐྱུལ། བསངས་ཡིག་འགལ་རྒྱན་ཀྱན་སེལ། དབལ་མགོན་པེར་  
 བག་ཅན་གྱི་གཏོར་འཁུལ་བསྐྱུས་པ། ཞིང་སྒྲོང་གི་གཏོར་ཆོག་དམ་ཅན་གྱི་གཏོར་ཆོག་  
 དབལ་མགོན་ཕྱག་བཞི་བ་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་རང་གི་འདོད་ལྷའི་ཆོགས་ལ་སྤྱི་གཏོར་སྒོ་  
 བའི་རིམ་པ། དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་ཆོག་རྒྱན་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ། དབལ་གཡམ་བཟང་གི་  
 མ་མགོན་རྣམས་ཀྱི་གཏོར་ཆོག་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་ཞིང་དྲག་བགེགས་ཆར་གཙོད། ཁ་  
 འབར་མའི་གཏོར་ཆེན། ལྷ་གཏོར་རྒྱས་པ་རྣམས་བཞུགས་སོ།

བདུན་པ་བྱ་བ་ཆོས་སྟོད་ཀྱི་སྒྲོར་ལ། བྱ་ཆར་དབལ་ཀྲུ་རིག་འཛིན་གྲུབ་མཆོག་ཕྱེད་  
 དགེ་འདུན་གྱི་བཅའ་ཡིག་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ། སེམས་སྟོད་ཀྱི་ཆོག་གསུམ། ཡན་  
 ལག་ཉི་ལུ་བའི་ཁ་སྒོང་ཡན་ལག་བཞི་པ། དུང་སེམས་ལས་དང་པོ་ལྷུང་བ་ལས་སྟོང་བའི་  
 བྱ་བ། ཉིན་ཞག་སྤྲགས་ཅིག་ལ་ཆོས་སྟོད་རི་ལྷར་བྱ་བའི་རིམ་པ་དགེ་བའི་རྒྱ་པོ་རྒྱན་མི་  
 འཆད་པ་ཅས་བྱ་བ། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཅ་མདོར་བསྐྱུས་པ། རྗེ་རང་བྱུང་བའི་གསུང་ལས་བྱུང་  
 བ་རི་ཆོས་བདུད་ཅིད་ཉིང་ལ། རི་ཆོས་གནད་ཀྱི་ལྷ་མིག་ཞེས་བྱ་བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 གདམས་པ། བཅུད་ལེན་རྣམས་པའི་ཟེན་ཁྲིས་རྣམས་བཞུགས་སོ།

བརྒྱད་པ་རང་གི་རྟོགས་བརྗོད་ལ་སོགས་པ་ལ། ཐོབ་ཡིག་གི་སྒྲོར། རྟོགས་བརྗོད་ཀྱི་  
 སྒྲོར། སྤྱིའི་སྒྲོར། ལུ་ཡིག་ཐིག་ཡིག་གི་སྒྲོར། དྲི་ལན་གྱི་སྒྲོར་རྩེ་ལྷ་ལས། དང་པོ་དམ་པའི་  
 ཆོས་ཀྱི་ཟེགས་མ་ཞེས་བྱ་བ་ཐོབ་ཡིག་དུམ་པ་བཅུ་གཉིས་བཞུགས་པ་ལས། ཆོས་ཀྱི་རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་མི་བསྟོད་དོ་རྗེའི་ཞབས་དུང་དུ་གསུང་གི་བདུད་

ཅིའི་ཐོབ་པའི་ཡི་གེ་པ་བླ་དཀར་པོའི་ཐེང་བ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལྷ་དམར་ཅོད་པན་  
 འཛིན་པ་བཞི་པའི་བྱང་དུ་རབ་བྱུང་གི་བཀའ་དྲིན་ཅོད་པའི་བརྒྱད་ཡིག་མེ་ཉླ་གི་སྟེ་མ།  
 རྗེ་ཞ་ལུ་ལོ་རྒྱའི་བྱང་དུ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་བཀའ་དྲིན་ཅོད་པའི་བརྒྱད་ཡིག་ཐུབ་བསྟན་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ། རྗེ་བཙུན་དམ་པ་ཐིན་ལས་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས་  
 གསུང་གི་བདུད་ཅི་ཅོད་པའི་རྣམ་གངས་བཀོད་པ་ཀླ་མ་ཉའི་རྒྱུན་པོ། རྗེ་མཁས་གྲུབ་ཆེན་  
 པོ་དྲགས་པོ་བརྟེན་ཆོས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་གསུང་གི་བདུད་ཅི་བརྟེན་པའི་རྣམ་གངས་བརྟེན་  
 པ་གསེར་གྱི་བར་མཛོད། སྟུག་ལ་རིན་པོ་ཆེ་བཅ་ཆེན་པག་དབང་གཤམ་པའི་བྱང་དུ་རྟོགས་  
 ཐོབ་པའི་རྣམ་གངས་བརྟེན་པ་བླ་དཀར་པོའི་རྒྱུན་པོ། གྲུབ་ཐོབ་དབུས་སྟོན་ཉེ་དུ་ཀའི་  
 བྱང་དུ་དམ་པའི་ཆོས་བརྟེན་པའི་ཐོབ་ཡིག་བདུད་ཅིའི་དོག་པ། རྗེ་འཆི་མེད་ཞབས་ཀྱི་བྱང་  
 དུ་རྟོགས་ཐོབ་པའི་རྣམ་གངས་ཀྱི་ཡི་གེ་ལྷན་པ་ཡི་རྒྱུན་པོ། སྟོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་བྱང་རྒྱུབ་  
 མེམས་དཔའ་སྟོ་གོས་དབང་ལྷག་གི་གསུང་གི་ཐིགས་པ་འབྲངས་པའི་རྣམ་གངས་བརྟེན་  
 པ་ཡོངས་འདུའི་མེ་ཉླ་གི་ཐེང་བ། རྗེ་བརྟན་ཉེ་ལས་དམ་པའི་ཆོས་ཅོད་པའི་ཐོབ་ཡིག་  
 བདུད་ཅིའི་ཟེགས་མ། རབ་འབུམས་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་རྩལ་བྱིམས་དབང་ལྷག་གི་བྱང་དུ་བཀའ་  
 འཁྱུར་རོ་འཆལ་གྱི་ཐོབ་ཡིག་ཐུབ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བར་མཛོད་ཆེན་  
 པོ་འདོད་དགའི་འབྲུང་གནས་ཁ་བྱེ་བ་ལས། རྗེ་ཐེག་པའི་རྒྱུད་ལྷེ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་ལུ་  
 བོད་ལུལ་དུ་འཁྱུར་བ་ཙལ་མོའི་ཆེའི་ཐོབ་ཡིག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གྲུབ་པ་ལྟེར་བ། བཀའ་  
 འཁྱུར་རོ་འཆལ་གྱི་ཐོབ་ཡིག་ཐུབ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བར་མཛོད་ཆེན་  
 པོ་འདོད་དགའི་འབྲུང་གནས་ཁ་བྱེ་བ་ལས། མདོ་ལྷེ་རིན་པོ་ཆེ་རྗེ་སྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་  
 གངས་དང་རྒྱུད་རིམ་བརྟེན་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཟ་མ་ཉླ་ཆེན་པོ།  
 བཀའ་འཁྱུར་རོ་འཆལ་གྱི་ཐོབ་ཡིག་ཐུབ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བར་  
 མཛོད་ཆེན་པོ་འདོད་དགའི་འབྲུང་གནས་ཁ་བྱེ་བ་ལས། ཤེས་བྱོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐོབ་ཡིག་  
 ཟབ་མོའི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོན་འཕམ། རབ་འབུམས་ཆོས་ཀྱི་རྩལ་བྱིམས་དབང་ལྷག་གི་

དུང་དུ་རྒྱ་པོད་ཀྱི་བརྟན་བཅས་རྣམས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་ཡིག་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྤྲིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ།

**གཉིས་པ་རྟོགས་བརྟོན་གྱི་རྫོང་ལ།** དགེ་སྲོང་གཙུག་ལག་ཐེང་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་བརྟོན་པ་འབྲུལ་པའི་བཞེན་རས་འཆར་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ། དཔལ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་རང་རྩལ་མདོར་བསྐྱུས་པ་དོན་ཚན་དགྲ་བ། རང་གི་རྟོགས་བརྟོན་ལས་བརྒམས་པ་མིག་འབྲུལ་གྱི་རང་བཞེན་གསལ་བྱེད། བདག་གི་རྩལ་ཡང་དག་པའི་ཡི་གེ། སྤྲ་མ་བར་ལེ་བའི་དྲིས་ལན། སངས་རྒྱལ་མི་འབྱུང་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོའི་ལྷུང་བ།

**གསུམ་པ་སྤྲིང་རྫོང་ལ།** ཆེད་དུ་བརྟོན་པ་དོ་རྩེའི་སྤྲིང་པོའི་གཏམ་གྱི་ཐེང་བ་མི་ཟད་པའི་བང་མཛོད། ཆེད་དུ་བརྟོན་པ་དོ་རྩེའི་སྤྲིང་པོར་མཛོད་གསང་བའི་གཏམ་གྱི་ཐེང་བ། དཔལ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་ཡང་དག་པའི་དོ་རྩ། གཞན་བསྐྱུལ་གྱི་དོར་བརྟོན་པའི་སྤྲིང་བང་མཛོད་ཀྱི་ཆོགས།

**བཞི་པ་ལྷ་ཡིག་ཐོན་ཡིག་གི་རྫོང་ལ།** རྩེ་ཡཔ་སྤྲས་ཀྱི་ཞབས་དུང་དུ་སྤུལ་པའི་ལྷ་ཡིག་ལས་ཁ་ཅིག་རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བཀའ་ཤོག་དོན་བསྐྱུས་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ། སྤུལ་ལྟན་བྱང་རྩུབ་དུ་བསྐྱུལ་པའི་ཐོ་ཉ་སྤྲིང་པོའི་སྤྲིང་གྱི་དམ་པ་ཐོན་ཡིག་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཆོགས། ལྷག་པ་ལ། བཀའ་སྤྱང་གཞི་བདག་སོགས་ལ་གདམས་པའི་ཐོན་ཡིག་ཞི་དྲག་གཉིས། དགེ་བསྐྱུལ་གྱི་ཡི་གེ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་ལྷོན་པ་རྣམས།

**ལྔ་པ་དྲི་ལན་གྱི་རྫོང་ལ།** མ་དེས་གསང་གནད་ཀྱི་བང་མཛོད་འབྲེང་པའི་ལྷེ་མིག་ཞེས་བྱ་བ་དྲིས་ལན་གྱི་ཆོགས་ལ་ཆོས་ཚན་བཅོ་བརྒྱད། **ཐར་རྒྱན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་རྣམས་** བཞུགས།

དགུ་བ་ཉམས་ལེན་ཁྱིད་ཡིག་གི་སྒྲོང་ལ། སྒྱིད་དང་། ཁྱིད་བར་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
 བློ། ཟུང་ལམ་སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཚོགས་ལུང་འཇུག་དོ་རྩེ་ཉེ་ལས། སྒྲུ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་མདོར་བསྟུན། སྒྲུ་མ་སྒྱུ་གསུང་དུ་སྒྲུབ་ཐབས། སྒྱིད་པོ་དོན་གསུམ་གྱི་ཁྱིད་ཡིག་  
 ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྒྲུར་ཁྱིད་ཡིག་དུག་གི་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ། ཚོམས་སྒྲུ་མར་ཁྱིད་གྱི་  
 ཉམས་ལེན་མདོར་བསྟུན། སྒྲུར་ཁྱིད་བྱང་སེམས་སྒྲུ་བ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གསུང་གི་བདུད་ཅི།  
 དེའི་སྒྱུད་རྩོགས་སྒྱིད་པོར་བྲིས་པ། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྒྱུད་རྩོགས་སྒྲུར་ཁྱིད་དུ་ཉམས་སྟེ་  
 སྒྲུང་བའི་རིམ་པར། ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་སྒྲོར་གྱི་སྒྱིད་པོ་མདོ་སྟེགས་མཐའ་དག་གི་ཟབ་གནད་  
 གྱི་ཚུ་པོ་གཅིག་དུ་བསྟན་པ། ཐུག་ཆེན་ཡིག་བཞིའི་སྒྱིད་པོ་ཟབ་མོའི་འཇུག་དོགས། ལྷན་  
 ཅིག་སྒྲེས་སྒྲོར་གྱི་ཉམས་ལེན་གནད་བསྟུས་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ། ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷ་ལྷན་  
 གྱི་མན་པག་དགོས་འདོད་སྟེལ་བ་མཚོག་གི་ནོར་བུའི་གཏོར། ལྷ་ལྷན་གྱི་ཁྱིད་ཡིག་བསྟུས་  
 པ་གསུམ། སྒྱི་ཚོགས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ལྷ་ཁྱིད་ཟེན་གྱིས། དོ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་མ་ལྷན་ཅིག་  
 སྒྲེས་མའི་སྒྱུད་རིམ་གྱི་ལྷ་ཁྱིད་རྣམ་བཤད་ཟབ་མོ་སྒྲུང་འབྱེད་གྱི་སྒྱིད་པོ་བསྟུས་པ། དཔལ་  
 ལྷན་ལྷན་ཅིག་མའི་སྒྲུབ་ཐབས་བསྟུན་པའི་གེ་སར་ལས་སྒྱིད་པོ་སྒྲུང་ཅིའི་བརྩུང་མཚོག་གི་ལྷ་  
 ཁྱིད་གྱི་ཟེན་གྱིས་ཁྱུང་དུ། རྒྱང་སེམས་གཉིས་མེད་གྱི་ཟེན་གྱིས། ཚོས་དུག་གི་སྒྱིའི་ཆེདས་  
 དང་སྒྲེ་འཕོའི་དམིགས་རིམ། སྒྲུ་མ་གསུམ་རྒྱུད་གྱི་མན་པག་སྒྲུར་ཁྱིད། གཙོད་ཁྱིད་མདོར་  
 པསྟུན། རོ་སྒྲོམས་གྱི་ཡང་སྒྱིད། སྒྲོར་བ་ཡན་ལག་དུག་གི་སྒྱིད་པོ།

གཉིས་པ་ཁྱིད་བར་བ་ལ། འཁོར་པོ་སྒྲོམ་པའི་རྩོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྷ་པ། རྩེའི་བྱང་གི་  
 ཚོས་དུག་ཆེན་མོའི་ཟེན་གྱིས་ལས། གཏུམ་མོ་ལམ་རྩོགས་གྱི་དམིགས་རིམ་གྱི་ཟེན་གྱིས་  
 དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་གསུང་གི་ཐིགས་པ་དཔྱི་བསྟན་མེད་པ། སྒྲུ་ལུས་གྱི་གདམས་པའི་  
 ཟེན་གྱིས། མི་ལམ་གྱི་གདམས་པའི་ཟེན་གྱིས། འོད་གསལ་གྱི་གདམས་པའི་ཟེན་གྱིས།  
 འཕོ་བའི་གདམས་པའི་ཟེན་གྱིས། ཞོ་རྒྱན་བསྟེན་སྒྲུབ་གྱི་ཟེན་གྱིས། བསྟེན་སྒྲུབ་གྱི་དབང་  
 གོང་མའི་ཚོག་བསྟེན་སྒྲུབ་ལས་ལུས་འདུལ་བརྩུ་བདུན་པ། བྱང་སེམས་འཇུག་མེད།

གསེར་སྟོན་པོ་ཐེང་ནམས་ཀྱི་འབྲུལ་འཕོར་ཅུ་ཚོགས། །བསྟེན་སྐྱབ་ལས་འབྲུལ་འཕོར་རྒྱས་  
པའི་བསྐྱུས་དོན། བསྟེན་སྐྱབ་ལས་འབྲུལ་འཕོར་རྒྱས་པ་ལས་འབྲུལ་བཅུན་པ་ལས་འདིའི་  
བར་ནམས་ཡིག་ཆ་སྟོན་པ། རས་རྒྱུད་བསྟེན་སྐྱབ། ལས་འབྲུས་གནད་བསྐྱུས། རྟེན་གྱི་བྲག་  
པའི་ཐོག་ས་སེལ་གྱི་གདམས་པ་མཐུག་པ་ཏ་བཅུན་བཅུ་པ་དང་བཅས་པ། རྟེན་གྱི་བྲག་  
ཞལ་གཟིགས་ལ་བརྟེན་པའི་བྱིད་ནམས་བཞུགས་སོ།།

བཅུ་པ་གནད་དུ་ཐོག་པར་འདོམས་པ་ཞལ་གདམས་སྐྱབ་གསེར་པའི་སྟོར་ལ། མོ་མོ་  
དང་། འཕོར་བུ་ཐོན་ཅན་དུ་བསྐྱེད་སྐྱེས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ལྷ་སྟོན་སྟོན་པའི་ནམ་  
གཞག་གི་སྟོན་པོ་གསལ་པའི་སྟོན་མེ། སྟོན་གི་ཕུན་སེལ། བྱིན་རྒྱལ་གྱི་སྟོན་པོ། གསེར་  
གྱི་ཡང་ཞུག། དེ་ཁོན་ཉིད་མཚན་བར་བྱེད་པ་སྟོན་པོ་དོན་གྱི་མཁར་དག། བྲག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་  
མན་དག་ཟབ་མོའི་མཛོད། འཕོ་བ་དང་བར་དོའི་གདམས་པ། ཡང་བར་སྟོན་པ་ལ་  
གདམས་པ། བར་དོའི་དོ་སྟོན་ཟབ་མོ་མདོར་བསྐྱུས། ལྷ་ལ་འབྱོར་བཞིན་དོན་གསལ་བར་  
བྱེད་པ་བྱུང་བའི་ཞལ་ལུང་། ཐོག་ཆེན་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ཁོན་  
ཉིད་ཀྱི་སྟོན་མེ།

གཉིས་པ་འཕོར་བུ་ལ། ཐོར་བུའི་ཚོགས་འཛིན་པོ་ཆེའི་ཐེང་བ། ཐོ་སྟོར་སྟོན་སྐྱབ་ལས་  
ཐེར་གྱི་བྱིད་ཐོར་བུ་ལས་སྟོན་པོ་ཚོགས་སྐྱབ་བཅད་པའི་ཚོགས། ཐོར་བུ་སྟེད་རྟོགས་ཀྱི་ཡི་མ་  
པ་ལས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་ལའི་སྟོན་རྟོགས་ཀྱི་སྟོན་པོ་འཛིན་པོ་ཆེ་དང་གི་རྒྱལ་པོ་སྟོ་  
ཚོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་རྒྱས་གཅིག་ དེ་རྟེན་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་རྒྱས་གཉིས་ནམས་བཞུགས།

བཅུ་གཅིག་པ་མན་དག་སྐྱ་ཚོགས་པའི་སྟོར་ལ། གཙོ་ཆེ་བ་དང་། ལྷ་ཚོགས་པ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ལ། ཡེ་ཤེས་མགོན་པོའི་བྱིད་སྟོར་ལས། མགོན་པོའི་ཐུགས་སྟེད་རྩུལ། རྒྱ་  
གཞུང་བརྒྱད། བར་སྐྱབ་དང་མཚོགས་སྐྱབ་ཀྱི་དབང་བཀའ། རྒྱུད་རྟོག་བསད་གསུམ་ཆིག་  
དེལ་གྱི་མན་དག། མནན་བསད་ཆིག་དེལ་དང་གཏོར་ཆེན་གྱི་ཞལ་གདམས། རྟེན་བཞི་

གནད་གསུམ། གནད་ཡིག་རྣམས་འཕྲོག་པ་དང་སྟོང་ཆུ་ཕྱེ་བ་ཤོགས་ཏིང་ཏེ་འཛིན་གྱི་  
དབང་། མགོན་དཀར་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུའི་རྒྱལ་ཐབས། ལྷ་མོའི་རྒྱལ་ཐབས། ལམོར་  
བཞིའི་རྒྒོས་རྒྱལ། གཞོད་སྟོན་ཡཔ་ལུས་ཀྱི་རྒྒོས་རྒྱལ། དེའི་རྒྒོ་རྒྱལ། རྒྱལ་ཐབས་མན་དག་  
དང་རྒྱལ་བ། དེའི་རྒྱལ་གྱི་ཟིན་ཁྲིས། ཁྲི་བ་སེལ་ལུགས་གཅིག

གཉིས་པ་སྒྲ་ཚོགས་པ་ལ། ཏུ་མ་གྱིན་གསར་རྒྱལ། ཁྱུང་པོའི་མགྱར་བརྒྱད། རྒྱུད་རྩེ་ལྷ་  
ལུས་དཀྱིལ་དུ་རྒྒོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཐབས། དཀའ་གདམས་ཐིག་ལེ་བཅུ་དྲུག་གི་ཡང་  
སྟོང་། རོ་བོའི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུང་བའི་རྒྒོར་དང་། ཁོ་བོ་ལྷ་ཡན་པའི་རྒྱུར་རྒྒོག་ དཀའ་བརྒྱ་  
བདེན་ཚིག་ རྩི་དམར་ཤོག་རྒྱལ། བཅ་ཆེན་ནགས་རིན་ལུགས་ཀྱི་རྩི་དམར་རྣམས་ཀྱི་ཟིན་  
ཁྲིས། རྣམ་འཛོམས་པེར་ལུགས་ཤོགས་ལུགས་བཞིའི་ཟིན་ཁྲིས། རྣམ་འཛོམས་ལུས་  
དཀྱིལ། རོ་བོ་ཐེད་རྩི་དཀར་ཀྱི་ཟིན་ཁྲིས། རིས་དམར་གཏིང་མའི་ཟིན་ཁྲིས། འོག་ཀྱི་  
སྒྲགས་མོད་ཀྱི་ཟིན་ཁྲིས། འཇམ་དཔལ་རྣ་ག་རྣུ་པའི་རྒྱལ་ཐབས་ཟིན་ཁྲིས་རྒྱས་པ། དེ་  
བརྒྱས་པ། ཁོ་བོ་མེ་བཙུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐབས་ལས་ཚོགས་དང་བཅས་པའི་ཟིན་ཁྲིས། ཡང་  
དེའི་རྒྱལ་ཐབས། གཙུག་ཏིང་འབར་པའི་རྒྱུར་རྒྒོག་ རྟེན་གདོན་ཞི་བྱེད་རིགས་གསུམ་གྱི་  
ཟིན་ཁྲིས། དམ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱད་ཅུ་འབྲུག་དབྱེད་དཀར་ནག་ཁག་སུམ་ཉེ་མན་དག་  
སྒྲ་ཚོགས་པ་རྣམས་བཞུགས་སོ།

བཅུ་གཉིས་པ་དཀར་ཆག་བཀོད་ཡིག་གི་རྒྒོར་ལ། འོག་མིན་སྒྲས་མཁར་གྱི་གནས་  
རྒྱལ་པའི་པོ་བྱང་ཆེན་པོར་གསེར་ཐོག་རྩི་ལྷར་བརྒྱབས་པ་ལས་བཅུ་མས་པའི་དཀར་ཆག་  
གི་ཡིག་ཆར་བརྗོད་པ་དོ་མཆར་རྒྱ་མཚོ་མདྲ་དུ་བྱུང་བའི་གཏམ། རྒྱ་མཁར་རིན་པོ་ཆའི་  
དཀར་ཆག་བརྒྱས་པ། དཀའ་འབྱུར་ལྷ་ཕྱིའི་དཀར་ཆག་དོན་ལེགས་བྱུང་པ། འོག་མིན་  
ཕེད་གནས་རྒྱན་དང་། དེའི་འོགས་ཁྲིས་ཕྱི་ནང་། བར་རྒྒོ་གར་ཁྲམས་རྣམས་ཀྱི་བཀོད་  
ཡིག་ མ་མགོན་གྱི་ཐང་སྟེའི་བཀོད་ཡིག་ མཆོད་རྩས་སུལ་པའི་ཞལ་ཡིག་ སར་མའི་བཀོད་

ཡིག་ཆེན་མོ་ལས། ལྷ་མ་ལྷ་ཁང་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་མ་དང་གཉིས་མེད་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་  
 ཆོག་ས་བཞུགས་པའི་བཀོད་ཡིག་ འོད་ལྗན་གྱི་བཀོད་ཡིག་ བཀོད་པ་བསམ་ཡས་སུ་ལྷ་  
 མེད་པ་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་གཉིས་བཞུགས་པའི་བཀོད་ཡིག་ ཐེག་མཆོག་པོ་བྱང་དུ་བྱུང་ནས་  
 འཕྲོར་གསུམ་གྱི་བཀོད་ཡིག་ མཐུ་སྟོབས་སྤྱིར་དུ་ཆོས་སྟོང་རྣམས་ཀྱི་བཀོད་ཡིག་སྟེ་ཐུགས་  
 སྟོགས་དང་། མདོ་རིས་ལ་སངས་རྒྱས་མི་འཕྱུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དྲི་གཙང་ཁང་གི་  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཡིག་རགས་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་ལྷ་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་དྲ་  
 གསུམ་པ། (ཐུགས་རྩོམ་འཕྲོ་གནང་དགོས་རྒྱ་མཆོན།) རྒྱལ་མཉམ་རྒྱ་མཆོད་པོ་བྱང་དུ་རྒྱུད་ཐེག་པའི་  
 སྟེ་སྟོང་གསུམ་གྱི་རི་མོ་རྣམས་བཞུགས་པའི་བཀོད་ཡིག་ གཡམ་རིང་ལ་དགོན་བཅེགས་  
 དང་ལས་བརྒྱ་པ། གང་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱ་པ། ལང་གཤེགས་སོགས་  
 མདོ་རིས་སྟེ་ཆོག་ས་པའི་བཀོད་ཡིག་ སེང་ཁྱི་དོ་རྗེའི་གདན་གྱི་བཀོད་ཡིག་ མིང་འཁོར་  
 སོགས་ཐར་འཁོར་སོགས་རུང་ཁང་ལྷུད་པའི་བཀོད་ཡིག་ རྫོ་སྤང་རྣམས་ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ རྟེང་  
 འོག་རྫོར་གྱི་མདོ་རིས་དང་རྫོ་གཡཔས་སྟེང་དུ་རྒྱ་བོད་ཀྱི་ལོ་བཅ་རྣམས་དང་། དཔལ་ལྗན་  
 འབྲས་སྤངས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན། རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་གདན་རྣམས་ཀྱི་བཀོད་ཡིག་ རྟེང་བ་རབ་  
 གསལ་དུ་མགོན་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་བཞུགས་པའི་བཀོད་ཡིག་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་གདུང་  
 སོགས་ཀྱི་གཟུངས་ཀྱི་མཆོན་ཡིག་ བློགས་པམ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ཐོ་ཡིག་རང་གིས་སྤྱར་པ།

བཙུག་གསུམ་པ་ཐྱོ་བ་སྟོན་ལམ་བུ་གིས་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། རྣམ་དཀར་གྱི་དགེ་  
 བ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ཐྱོ་བའི་ཆོག་ས་ལ་ཆོན་པ་གསུམ། ཐྱོ་བའི་ཚུལ་རྒྱས་པ་  
 ཆོག་ས་གཉིས་སྟེལ་པའི་གཙུག་ལག་ གཉིས་པ་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པ་སྟོན་ལམ་གྱི་  
 ཆོག་ས་ལ་ཆོས་ཆོན་བཙོ་ལྷ་དང་། གཞན་ཡང་སྟོན་ལམ་གྱི་རིགས་མང་པ། གསུམ་པ་ལྷན་  
 སུམ་ཆོག་ས་པར་བྱེད་པའི་གིས་བརྗོད་དང་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ཆོག་ས་ལ་ཆོས་ཆོན་ལ། བུ་  
 གིས་གོང་འཕེལ་གྱི་དགའ་སྟོན་རྣམས་བཞུགས་སོ།

བདག་གིས་འདིར་འབད་དགེ་བ་ཡིས། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

སྟོན་ལམ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་གྲུབ། །འགྲོ་ཁྱེན་རྟག་ཏུ་ཐུལ་བར་གོག།







ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་

ISBN: 81-89017-38-1



9 788189 017385